

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа
имени Героя Советского Союза Василия Степановича Чекмасова
с.Большое Микушкино муниципального района Иса克林ский Самарской области

Рассмотрена методическим
объединением _____

Протокол № 1 от
« 19 » 08 2019 г.

Председатель МО
Евфим (Иванов) & k)

Проверена заместителем
директора по УВР
« 30 » 08 2019 г.

Заместитель директора по
УВР Лел. М.В. Игнатьева

Утверждена приказом

и.о. директора школы № 84-00
от « 30 » 08 2019 г.

И.о. директора школы
Хураскина С.Т.



Рабочая программа по внеурочной деятельности

«Спортивные игры»

на 2019-2020 учебный год

Пояснительная записка

Спортивная игра — одно из важных средств всестороннего воспитания детей младшего школьного возраста. Характерная ее особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости. В подвижных играх ребенку приходится самому решать, как действовать, чтобы достигнуть цели.

Задачи подвижных игр:

- 1) укреплять здоровье занимающихся, способствовать их правильному физическому развитию;
- 2) содействовать овладению жизненно необходимыми двигательными навыками, умениями и совершенствованию в них;
- 3) воспитывать у детей необходимые морально-волевые и физические качества;
- 4) прививать учащимся организаторские навыки и привычку систематически самостоятельно заниматься играми.

Цель подвижных игр:

- 1) удовлетворять биологические потребности учащихся в движениях;
- 2) увеличивать двигательный режим ребенка;
- 3) формировать мотив, потребность в активной двигательной деятельности;
- 4) повышать положительное психо-эмоциональное состояние ребенка;
- 5) развивать коммуникативные навыки;
- 6) сокращать адаптационный период пребывания в школе.

Игры помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности.

Программа включает следующие разделы:

1. Основы знаний о физической культуре.
2. Подвижные и народные игры с мячами.
3. Легкоатлетические упражнения.

Формируемые УУД

В результате внеурочной деятельности у обучающихся 6 классов основной школы будут сформированы личностные, познавательные, коммуникативные и регулятивные универсальные учебные действия как основа учебного сотрудничества и умения учиться в общении

Личностные результаты

У учеников будут сформированы:

- потребность сотрудничества со сверстниками;
- доброжелательное отношение к сверстникам;
- бесконфликтное поведение;
- стремление прислушиваться к мнению одноклассников;
- 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

Коммуникативные УУД

Ученики будут уметь:

- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- включаться в диалог, в коллективное обсуждение, проявлять инициативу и активность;
- работать в группе, учитывать мнения партнёров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;

Познавательные УУД

Ученики научатся:

- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты

Учащиеся научатся:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях

Формы проведения спортивных игр:

Занятия должны проводить при строго дифференцированной нагрузке с учетом индивидуального состояния учащихся.

Начинается занятие с разминки, которая может включать в себя гимнастические упражнения, танцевальные комплексы с небольшим объемом движений и невысокой интенсивностью.

Основная часть состоит из игр. Содержание основной части должно быть разнообразным: подвижные игры, игры-эстафеты, спортивные упражнения, элементы спортивных игр, самостоятельные игры детей.

В заключительной части проводятся упражнения на гибкость, дыхательные и расслабляющие упражнения, игры малой подвижности, даются творческие задания.

Подготовка к проведению игры заключается

- Ø - в выборе игры, необходимо учитывать возрастные особенности;
- Ø - физическое развитие детей;
- Ø - количество детей;
- Ø - условия проведения игры;
- Ø - форму занятий

Выбор водящего:

- Ø - по назначению учителя;
- Ø - по жребью;
- Ø - по выбору играющих;
- Ø - по результатам предыдущих игр

Распределение на команды

- Ø - по усмотрению учителя;
- Ø - путем расчета;
- Ø - по сговору;
- Ø - по жребью;

Формы и методы работы:

- практические занятия (групповые, индивидуальные и сводные)
- проведение турниров, соревнований, эстафет, малых олимпиад по подвижным играм на свежем воздухе и в спортивном зале.

Приёмы и методы обучения на занятиях.

- педагогические технологии на основе личностной ориентации образовательного процесса (педагогика сотрудничества);
- педагогические технологии на основе эффективности управления и организации образовательного процесса (групповые технологии, технологии индивидуального обучения);
- педагогические технологии на основе активизации и интенсификации деятельности учащихся (практические игровые технологии).

Реализация данных технологий осуществляется через следующие организационные формы:

- беседы о культуре народов мира, их подвижных и спортивных играх;
- практические занятия по разучиванию игр;
- организация творческих мастерских;
- организация соревнований или чемпионатов по проведению игр.

Формы контроля.

Для полноценной реализации данной программы используются разные виды контроля:

- сведения об уровне подготовки ребенка, об основных интересах, увлечениях;
- знаний (викторина, спортивные эстафеты);
- итоговый – открытые занятия, соревнования.

Формой подведения итогов считать:

- разработку проектов «Мой режим дня», «Любимая подвижная игра», «Виды спорта» (элементы проектной деятельности);
- проведение веселых стартов;
- спортивный праздник.

Планируемые результаты

В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности учащиеся первого года обучения должны иметь представление:

- о двигательном режиме;
 - о вредных и полезных привычках;
 - о народных играх;
 - о различных видах подвижных игр;
 - о соблюдении правил игры;
 - о культуре общения со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности
- Знать:

- причины нарушения осанки, появления нарушения зрения, плоскостопия;
- правила и уметь организовать подвижные игры (3-4);
- не менее двух комплектов упражнений на развитие силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости;
- основные факторы, влияющие на здоровье человека;
- основы правильного питания;

Уметь:

- оценивать свою двигательную активность, выявлять причины нарушения и корректировать её;
- выполнять правила игры;
- применять игровые навыки в жизненной ситуации;
- демонстрировать позитивное отношение к участникам игры.

Тематическое планирование

№	Тема	Кол-во часов	Требования к уровню подготовки учащихся
1	Вводный «Здоровье человека и влияние на него физических упражнений»	1	Подвижные и народные игры. Игра «Построение в шеренгу», «Кошки-мышки»
2	Игры с элементами строя	1	Игра «Успей перебежать»
3	Игры с элементами бега	1	Игра «Бег через барьеры»
4	Игры с элементами строя	1	Подвижные и народные игры. Игра «У ребят порядок строгий», «Хитрая лиса».
5	Игры с элементами бега	1	Игра «Сорви ленту»
6	Игры с элементами строя	1	Подвижные и народные игры. Игра «Быстро встань в колонну», «Ястреб и утка»
7	Игры с элементами бега	1	«Челночный бег»
8	Эстафеты	1	Подведение итогов
9	Игры с элементами бега	1	«Переправа с препятствиями»
10	Игры с элементами строя	1	Подвижные и народные игры. Игра «Класс, смирно», «Совушка».
11	Игры с элементами бега, прыжка	1	Игра «С кочки на кочку!»
12	Игры с элементами бега	1	Подвижные и народные игры. Игра «К своим флажкам», «Гуси – лебеди»
13	Игры с элементами бега, прыжка	1	«Переправа с досками»
14	Игры с элементами строя	1	Подвижные и народные игры. Игра «Построение в шеренгу», «С кочки на кочку»
15	Игра с мячом	1	Игра «За мячом»
16	Эстафета с элементами волейбола	1	Подведение итогов
17	Игры с элементами строя, бега, прыжка	1	Подвижные и народные игры. «Построение шеренгу», «Салки в приседе».
18	Игра с мячом	1	Игра «Борьба за мяч»
19	Игра с мячом	1	Игра «Поймай мяч»
20	Игра с мячом	1	Игра «Мяч через сетку»
21	Игра с мячом, с элементами строя	1	Подвижные и народные игры. «У ребят порядок строгий», «Удочка».
22	Игры с элементами прыжков, бега	1	Игра «Колесо»
23	Игры с элементами прыжков, бега	1	Подвижные и народные игры. «К своим флажкам», «Зайцы, сторож, Жучка».
24	Игры с элементами прыжков, бега	1	Игра «За мной, убегай»
25	Игра с мячом	1	Подвижные и народные игры. «Быстро встань в колонну», «Мяч соседу».
26	Итоги четверти	1	Подведение итогов
27	Игра с мячом, с элементами строя	1	Подвижные и народные игры. «Класс, смирно», «Мяч сбоку».
28	Игра с мячом	1	Игра «Флюгер»
29	Игра с мячом, с элементами строя	1	Подвижные и народные игры. «У ребят порядок строгий», «Мяч над головой».
30	Беговые упражнения	1	«Парашютисты»
31	Беговые упражнения	1	Подвижные и народные игры. «К своим флажкам», «Охотники и утки».
32	Беговые упражнения	1	«Западня»

33	Беговые упражнения	1	Подвижные и народные игры. «Быстро встань в колонну», «Салки – ноги от земли».
34	Спортивный праздник	1	Круговая эстафета. Итоги четверти

Содержание.

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	В том числе	
			теория	практика
Раздел 1. Основы знаний о физической культуре				
1	Игры на освоение навыков прыжков, развитие скоростно-силовых способностей.	4	В процессе занятий	4
Раздел 2. Подвижные игры с мячами				
2	Игры с применением теннисных, волейбольных и баскетбольных мячей	15	В процессе занятий	15
Раздел 3. Легкоатлетические упражнения				
3	Игры на развитие координации. Игры на освоение навыков бега, развитие скоростных способностей	15	В процессе занятий	15
Итого				34

1. Основы знаний о физической культуре:

- ✓ здоровье человека и влияние на него физических упражнений;
- ✓ здоровье физическое, психическое, душевное. Здоровый образ жизни и мысли (экология души);
- ✓ потребность в движении тела как выражение потребности души (в процессе занятий).

2. Подвижные и народные игры с мячом:

- ✓ игры с элементами строя - «Построение в шеренгу», «У ребят порядок строгий», «Быстро встань в колонну», «Класс, смирно!», «К своим флажкам»;
- ✓ игры с ходьбой и бегом - «Кошки-мышки», «Ястреб и утка», «Совушка»
- ✓ игры с прыжками - «С кочки на кочку», «Салки в приседе», «Попрыгунчики воробушки», «Удочка».
- ✓ игры с большими мячами - «Мяч соседу», «Мяч сбоку», «Мяч над головой», «Охотники и утки», Эстафеты с мячами.
- ✓ на комплексное развитие координационных, скоростно-силовых способностей - «Салки – ноги от земли», «Бег сороконожек», «Белые медведи».

3. Легкоатлетические упражнения в играх:

- ✓ игры преимущественно с бегом: «К своим флажкам», «Пустое место», «Вызов номеров», «Пятнашки», «Воробьи и вороны», эстафеты.
- ✓ игры преимущественно с прыжками в высоту, в длину и с высоты «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде»,
- ✓ игры с метанием мяча на дальность и в цель - « Кто дальше бросит?», «Метко в цель», «Подвижная цель», «Передал – садись».

4. Комплексное развитие физических и личностных качеств:

- ✓ учащихся - «Быстро по своим местам», «Космонавты», «Передача мячей в колоннах», «Земля, воздух, вода», эстафеты с предметами.