

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Костинская средняя общеобразовательная школа»**

**Рабочая программа
внеурочной деятельности
«Игровые виды спорта»
по спортивно-оздоровительному направлению
для обучающихся 5-6 класса**

«РАССМОТРЕНА»:
на заседании педагогического совета
Протокол № 1
«31» 08 2024 г.

«СОГЛАСОВАНА»
Зам. директора по УВР
_____ **Иванова Д.Н.**
«31» 08 2024 г.

Составитель:
Сиднев Роман Борисович
Учитель физической культуры

Костино
2024-2025 год

Планируемые результаты курса внеурочной деятельности.

Личностными результатами освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

- 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.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- 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;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- 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.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- 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;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Содержание курса .

Основы знаний-1ч.

Требование к технике безопасности. Первая помощь при травмах. Понятие утомление, переутомление. Профилактика переутомления. Контроль и самоконтроль уровня физической нагрузки. Краткая характеристика видов спорта, отличия спортивных и подвижных игр.

Подвижные игры-9 ч.

Виды подвижных игр. История возникновения. Становление правил игры. Организация подвижных игр. Тактические приемы. Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений.

Баскетбол-12 ч.

Правила игры. Стойки, перемещения, повороты, остановки. Ведение, ловля и передача мяча. Бросок по кольцу. Тактика игры Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений.

Волейбол-13 ч.

Правила игры. Стойки, перемещения, повороты, остановки. Прием и передача мяча. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Тактика игры. Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений.

Тематическое планирование.

№	Вид программного материала	Кол-во часов
1.	Основы знаний и техника безопасности	1
2.	Подвижные игры	9
3.	Волейбол	12
4.	Баскетбол	11
	Итого	33 ч

Тематическое планирование.

№ п/п	Темы занятия	Кол-во часов
1	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях.	1
2	Игра «Перестрелка»	1
3	Игра «Перестрелка»	1
4	Игры «Передал - садись», «Мяч капитану»	1
5	Игры «Салки спиной к щиту», «10 передач»	1
6	Эстафеты с элементами баскетбола. Игра «Мяч среднему»	1
7	Игры «Борьба за мяч», «Перестрелка».	1
8	Эстафеты с элементами баскетбола	1
9	Эстафеты с элементами волейбола	1
10	Игры «Пасовка волейболистов», «Салки с мячом»	1
11	Правила игры. Стойки и передвижения.	1

	Повороты, остановки.	
12	Правила игры. Стойки и передвижения. Повороты, остановки.	1
13	Правила игры. Стойки и передвижения. Повороты, остановки.	1
14	Ловля и передача мяча. Учебная игра.	1
15	Ловля и передача мяча. Учебная игра.	1
16	Ведение мяча на месте, в движении, с изменением направления. Учебная игра.	1
17	Ведение мяча на месте, в движении, с изменением направления. Учебная игра.	1
18	Ведение мяча на месте, в движении, с изменением направления. Учебная игра.	1
19	Бросок мяча по кольцу со средней дистанции. Ловля и передача мяча в движении. Учебная игра	1
20	Бросок мяча по кольцу со средней дистанции. Ловля и передача мяча в движении. Учебная игра	1
21	Ведение и передача мяча. Броски мяча по кольцу. Учебная игра.	1
22	Ведение и передача мяча. Броски мяча по кольцу. Учебная игра.	1
23	Правила игры. Стойки, передвижения, остановки.	1
24	Верхний прием и передача мяча. Учебная игра.	1
25	Верхний прием и передача мяча. Учебная игра.	1
26	Нижний прием и передача мяча. Учебная игра.	1
27	Нижний прием и передача мяча. Учебная игра.	1
28	Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча после подачи. Учебная игра.	1
29	Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча после подачи. Учебная игра.	1
30	Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча после подачи. Учебная игра.	1
31	Прием мяча после передвижения. Учебная игра.	1
32	Передача мяча сверху над собой. Учебная игра. Передача мяча сверху над собой. Учебная игра.	1
33	Соревнования по итогам года.	1

Календарно-тематическое планирование.

№	Название раздела и темы занятия	Количество часов	Дата проведения	
			план	факт
1	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях.	1	05.09	

Подвижные игры – 9 ч				
2	Игра «Перестрелка»	1	12.09	
3	Игра «Перестрелка»	1	19.09	
4	Игры «Передал - садись», «Мяч капитану»	1	26.09	
5	Игры «Салки спиной к щиту», «10 передач»	1	03.10	
6	Эстафеты с элементами баскетбола. Игра «Мяч среднему»	1	10.10	
7	Игры «Борьба за мяч», «Перестрелка».	1	17.10	
8	Эстафеты с элементами баскетбола	1	24.10	
9	Эстафеты с элементами волейбола	1	07.11	
10	Игры «Пасовка волейболистов», «Салки с мячом»	1	14.11	
Баскетбол – 11 ч.				
11	Правила игры. Стойки и передвижения. Повороты, остановки.	1	21.11	
12	Правила игры. Стойки и передвижения. Повороты, остановки.	1	28.11	
13	Правила игры. Стойки и передвижения. Повороты, остановки.	1	05.12	
14	Ловля и передача мяча. Учебная игра.	1	12.12	
15	Ловля и передача мяча. Учебная игра.	1	19.12	
16	Ведение мяча на месте, в движении, с изменением направления. Учебная игра.	1	26.12	
17	Ведение мяча на месте, в движении, с изменением направления. Учебная игра.	1	16.01	
18	Ведение мяча на месте, в движении, с изменением направления. Учебная игра.	1	23.01	
19	Бросок мяча по кольцу со средней дистанции. Ловля и передача мяча в движении. Учебная игра	1	30.01	
20	Бросок мяча по кольцу со средней дистанции. Ловля и передача мяча в движении. Учебная игра	1	06.02	
21	Ведение и передача мяча. Броски мяча по кольцу. Учебная игра.	1	13.02	
22	Ведение и передача мяча. Броски мяча по кольцу. Учебная игра.	1	20.02	
Волейбол-12 ч				
23	Правила игры. Стойки, передвижения, остановки.	1	27.02	
24	Верхний прием и передача мяча. Учебная игра.	1	06.03	
25	Верхний прием и передача мяча. Учебная игра.	1	13.03	

26	Нижний прием и передача мяча. Учебная игра.	1	20.03	
27	Нижний прием и передача мяча. Учебная игра.	1	03.04	
28	Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча после подачи. Учебная игра.	1	10.04	
29	Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча после подачи. Учебная игра.	1	17.04	
30	Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча после подачи. Учебная игра.	1	24.04	
31	Прием мяча после передвижения. Учебная игра. Прием мяча после передвижения. Учебная игра.	1	15.05	
32	Передача мяча сверху над собой. Учебная игра. Передача мяча сверху над собой. Учебная игра.	1	22.05	
33	Соревнования по итогам года.	1	29.05	