

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования и науки Республики Бурятия

Комитет по образованию Администрации г. Улан-Удэ

МАОУ "СОШ № 4» г. Улан-Удэ

РАССМОТРЕНО

методическим объединением  
учителей Гуманитарного цикла

Руководитель МО: Васильева А.В..

Протокол №1  
от 31 августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора по учебно-  
воспитательной работе

Медведева Н.Н.

Протокол №1

От 31 августа 2023 г.

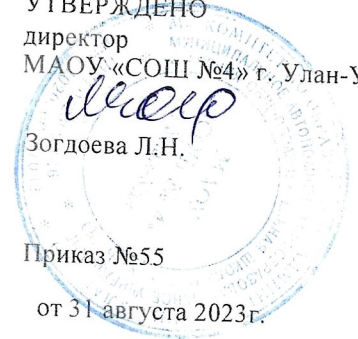
УТВЕРЖДЕНО

директор  
МАОУ «СОШ №4» г. Улан-Удэ

Зогдоева Л.Н.

Приказ №55

от 31 августа 2023 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Курса внеурочной деятельности  
по спортивно-оздоровительному направлению:  
«Спортивные игры»  
для 6 классов

Улан-Удэ  
2023

## 1. Пояснительная записка.

Данная программа представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности обучающихся 6 классов МАОУ СОШ №4 г. Улан-Удэ Республики Бурятия и предназначена для реализации в одном отдельно взятом классе. Темы и разделы выбраны с учетом имеющейся материальной базы и местных климатических условий.

Программа рассчитана на 33 ч и предполагает равномерное распределение этих часов по неделям и проведение регулярных еженедельных внеурочных занятий с обучающимся МАОУ СОШ №4. Программа внеурочной деятельности рассчитана на 6 классов МАОУ СОШ №4 (12-13 лет).

Данная программа разработана для реализации в основной школе. Темы и разделы выбраны с учетом имеющейся материальной базы и местных климатических условий. Программа внеурочной деятельности рассчитана на обучающихся 6 классов. Количество часов 33 с учётом – 1 занятие в неделю. Рабочая программа по внеурочной занятости предусматривает проведение практических занятий по каждому разделу, изучение и дальнейшее совершенствование специальных движений на практических занятиях, выполнение обучающимися контрольных нормативов.

**Цель программы:** создание условий для физического развития детей, формирование личности ребёнка средствами спортивных игр через включение их в совместную деятельность.

### Задачи:

1. активизировать двигательную активность обучающихся 6 классов МАОУ СОШ №4 г. Улан-Удэ во внеурочное время;
2. познакомить детей с разнообразием спортивных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
3. формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
4. создавать условия для проявления чувства коллективизма;
5. развивать сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, а так же эмоционально-чувственную сферу;

## 2. Особенности программы.

Предлагаемая программа по внеурочной деятельности знакомит обучающихся 6 классов МАОУ СОШ №4 г. Улан-Удэ со спортивными играми. Процесс формирования первичных умений и навыков неразрывно связан с задачей развития умственных и физических способностей, ведь спортивные игры несут огромную, и может быть самую важную роль в физическом развитии ребенка.

Эта программа способствует укреплению здоровья, формированию двигательного опыта воспитания здорового образа жизни через занятия физическими упражнениями и активности, самостоятельности в двигательной активности, в частности спортивной игры. В основу программы для обучающихся 6-х классов допущена программа физического воспитания, а также программа физического воспитания с игровой направленностью.

### 3. Содержание программы:

#### 1. Футбол – 7 часов.

Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой.  
Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения.  
Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.  
Тактика игры в футбол. Тактика нападения.  
Индивидуальные действия без мяча, с мячом.  
Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия.  
Тактика вратаря.

#### 2. Русская лапта. - 7 часов.

Русская лапта. Основные правила игры.  
Спортивная одежда и обувь. Техника игры в нападении и защите.  
Стойки и перемещения, удары по мячу. Ловля и передача мяча.  
Игра в защите.  
Игра в нападении. Перебежки.

#### 3. Волейбол – 7 часов.

Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки.  
Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность.  
Встречная передача.  
Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.  
Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование.  
Командные действия. Прием подач. Расположение игроков при приеме.  
Контрольные игры и соревнования.

#### 4. Бадминтон – 6 часов.

Основы техники и тактики. Способы держания ракетки.  
Игровые стойки в бадминтоне. Передвижения по площадке.  
Техника выполнения ударов.  
Техника выполнения подачи.  
Свободная игра. Игра на счет. Соревнования.

#### 6. Баскетбол – 7 часов.

Основы техники и тактики. Техника нападения. Техника передвижения.  
Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.  
Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока, одной рукой на уровне груди.

Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трех очковой линии.

Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости ведения.

Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока.

Групповые действия. Взаимодействие игроков с заслонами.

#### **4. Планируемые результаты освоения программы:**

##### **Предполагаемые результаты реализации программы**

Результаты работы по данной программе внеурочной деятельности можно оценить:

**Результат: 1. приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни - приобретение обучающимся 6 классов МАОУ СОШ №4 знаний об основах здорового образа жизни; об основных нормах гигиены; о технике безопасности при занятии спортом; процесс формирования первичных умений и навыков связаны с задачей развития умственных и физических способностей ; о правилах конструктивной групповой работы; о способах самостоятельного поиска: формированию двигательного опыта воспитания здорового образа жизни через занятия физическими упражнениями и активности, самостоятельности в двигательной активности, в частности спортивной игры.**

**Результат: 2. формирование позитивного отношения между обучающимся к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом: развитие ценностных отношений обучающихся к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре.**

В результате реализации программы у обучающихся будут сформированы УУД.

##### **Личностные результаты.**

##### **У учеников будут сформированы:**

-установка на безопасный, здоровый образ жизни;  
-потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников;

-умение выражать свои эмоции;  
-оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;

В результате регулярного посещения занятий обучающиеся должны:

1. повысить уровень своей физической подготовленности;
2. приобрести навыки и умения по изучаемым видам спорта;

3. уметь технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации;
4. использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
5. уметь проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей;
6. уметь разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;
7. у обучающихся должен сформироваться интерес к постоянным самостоятельным занятиям спортом и дальнейшему самосовершенствованию;
8. следование основным принципам здорового образа жизни должно стать привычным для учащихся и сформироваться представление о том, что ЗОЖ - это индивидуальная система ежедневного поведения человека, которая обеспечивает ему максимальное достижение благополучия, в том числе и физического с учетом его индивидуальных качеств и запросов.

**Метапредметными результатами** изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

**Регулятивные УУД:**

*Обучающийся научится:*

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
- уметь планировать и регулировать свои действия во время спортивной игры;
- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- учиться работать по определенному алгоритму действий во время занятий (упражнения) как в одиночном так и командном виде спорта (спортивные игры) ;

**Познавательные УУД:**

*Обучающийся научится:*

- проводить сравнение и классификацию объектов;
- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- проявлять индивидуальные творческие способности;
- различать между собой физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость);
- соблюдать правила поведения и предупреждение травматизма во время занятий;

- подбирать упражнения для разминки (Обще-развивающие упражнения) ;
- использовать знания во время подвижных игр на досуге;
- делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

**Коммуникативные УУД:**

*Обучающийся научится:*

- работать в группе (команде), учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- оформлять свои мысли в устной форме;
- слушать и понимать речь других;
- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (капитана команды).

**Предметные результаты:**

-формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.

-овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.)

**5. Учебно-тематический план внеурочной деятельности 6 класс.**

№	Наименование темы	Кол-во часов по программе
I.	Футбол.	7
1.	Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой	1
2.	Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения.	2

3.	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.	1
4.	Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	1
5.	Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.	2
<b>II.</b>	<b>Русская лапта.</b>	7
1.	Русская лапта. Основные правила игры.	1
2.	Спортивная одежда и обувь. Техника игры в нападении и защите.	1
3.	Стойки и перемещения, удары по мячу. Ловля и передача мяча.	1
4.	Игра в защите. Осаливание.	2
5.	Игра в нападении. Перебежки.	2
<b>III.</b>	<b>Волейбол.</b>	7
1.	Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки.	1
2.	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Встречная передача.	2
3.	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.	1
4.	Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование.	1
5.	Командные действия. Прием подач. Расположение игроков при приеме.	1
6.	Контрольные игры и соревнования.	1
<b>IV.</b>	<b>Бадминтон.</b>	6
1.	Основы техники и тактики. Способы держания ракетки.	1
2.	Игровые стойки в бадминтоне. Передвижения по площадке.	1
3.	Техника выполнения ударов.	1
4.	Техника выполнения подачи.	1
5.	Свободная игра. Игра на счет. Соревнования.	2
<b>V.</b>	<b>Баскетбол.</b>	6
1.	Основы техники и тактики. Техника нападения. Техника передвижения. Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.	1
2.	Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока, одной	1

	рукой на уровне груди.	
3.	Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трехочковой линии.	1
4.	Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости ведения.	1
5.	Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока.	1
6.	Групповые действия. Взаимодействие игроков с заслонами.	1
<b>ИТОГО:</b>		<b>33</b>

### 6. Организация работы.

Кол-во обучающихся до 25 человек.

Занятия проходят 1 раз в неделю.

#### Материально-техническое обеспечение:

Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей/ г.А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М.В. Маслов. – 2-е изд. - М.: Просвещение, 2012. – 77 с. : (Работаем по новым стандартам).

Внеурочная деятельность учащихся. Ручной мяч: пособие для учителей/ г.А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М.В. Маслов. – 2-е изд. - М.: Просвещение, 2011 – 63с. : (Работаем по новым стандартам).

Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол: пособие для учителей/ г.А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М.В. Маслов. – 2-е изд. - М.: Просвещение, 2012 - 80с. :. (Работаем по новым стандартам).

Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей/ г.А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М.В. Маслов. – 2-е изд. - М.: Просвещение, 2012. (Работаем по новым стандартам).