

Рабочая программа по курсу «Подвижные игры» 5- 9 класс

1. Предполагаемые результаты реализации программы.

Воспитательные результаты внеурочной спортивно-оздоровительной деятельности школьников:

- 1. Результаты первого уровня** (приобретение школьником социальных знаний, понимание социальной реальности и повседневной жизни): приобретение школьником знаний о правилах ведения здорового образа жизни, об основных нормах гигиены тела и психогигиены, о технике безопасности на занятиях и правилах бесконфликтного поведения; о принятых в обществе нормах отношения к природе, окружающим людям; об ответственности за поступки, слова и мысли, за свое физическое и душевное здоровье; о неразрывной связи внутреннего мира человека и его внешнего окружения.
- 2. Результаты второго уровня** (формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностного отношения школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре.
- 3. Результат третьего уровня** (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия): приобретение школьником опыта актуализации спортивно-оздоровительной деятельности в социальном пространстве; опыта заботы о младших, опыта самообслуживания, самооздоровления и самосовершенствования, опыта самоорганизации совместной деятельности с другими школьниками; опыта управления другими и принятия на себя ответственности за здоровье и благополучие других.

Личностными результатами программы являются следующие умения:

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

Метапредметными результатами является формирование универсальных учебных действий (УУД).

➤ **Регулятивные УУД:**

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму

➤ **Познавательные УУД:**

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

➤ **Коммуникативные УУД:**

- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
- постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения.

Планируемый результат:

- у учащегося выработается потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и спортивными играми;
- сформировано начальное представление о культуре движения;
- обучающийся сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;

- обобщение и углубление знаний об истории, культуре спортивных игр;
- умение работать в коллективе.

Формы и виды контроля.

Для осуществления контроля над освоением программы используются: тестирование (контрольные упражнения по видам спорта), соревнования.

2. Содержание программы.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение игровых заданий – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

1. Футбол

Правила ТБ. История футбола. Основные правила игры в футбол.

Изучение стоек игрока, перемещений в стойке. Варианты ведения мяча без сопротивления защитника. Удары по воротам на точность попадания мячом в цель.

Комбинации: ведение, удар (пас), приём мяча, остановка, удар по воротам.

Позиционные нападения без изменения позиций игроков. Нападение 3:1, 3:2 с атакой и без атаки на ворота. Игра по упрощённым правилам мини-футбола.

2. Баскетбол.

Правила ТБ. История баскетбола. Основные правила игры в баскетбол.

Изучение стоек игрока, перемещений в стойке. Комбинации: ловля, передача, ведение, бросок.

Ловля и передача мяча на месте и в движении без сопротивления защитника.

Варианты ведения мяча без сопротивления защитника. Вырывание и выбивание мяча.

Броски мяча после ведения и ловли без сопротивления защитника.

Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола. Индивидуальные действия в нападении с дриблингом. Индивидуальные действия в защите против дриблинга.

3. Гандбол.

Правила ТБ. История гандбола. Основные правила игры в гандбол.

Изучение стоек игрока, перемещений в стойке. Вырывание и выбивание мяча.

Блокирование броска. Варианты ведения мяча без сопротивления защитника.

Ловля и передача мяча на месте и в движении без сопротивления защитника.

Бросок мяча сверху в опорном положении и в прыжке. Игра по упрощённым правилам мини-гандбола. Позиционное нападение без изменения позиций игроков.

Нападение быстрым прорывом (1:0).

4. Волейбол.

Правила ТБ. История волейбола. Основные правила игры в волейбол.

Изучение стоек игрока, перемещений в стойке.

Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперёд.

Приём мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперёд.

Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки. Прямой нападающий удар после

подбрасывания мяча партнёром. Комбинации: приём, передача, удар. Игра по упрощённым правилам мини-волейбола. Позиционное нападение без изменения позиций игроков (6:0).