


РОСТОВСКАЯ ОБЛАСТЬ ШОЛОХОВСКИЙ РАЙОН ХУТОР АНДРОПОВСКИЙ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«АНДРОПОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

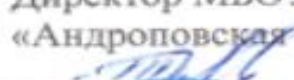
РАССМОТРЕНО
Методическим советом

Руководитель МС школы
Милаева Е.П.

Протокол № 1
от «30» 08. 2023

СОГЛАСОВАНО
Педагогическим советом

Зам. директора по УВР
Мельникова М.А.

Протокол № 1
от «30» 08. 2023

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ
«Андроповская СОШ»

Кочелова Т.А.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по внеурочной деятельности
«Спортивные игры »

Начальное общее образование 5 класс
Количество часов 32 ч
Учитель: Мельникова Марина Андреевна

2023-2024

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса

Работа по программе внеурочной деятельности “ Спортивные игры”, с учетом требований ФГОС призвана обеспечить достижение личностных, метапредметных, предметных и коммуникативных результатов.

Ожидается, что учащиеся по завершению обучения смогут демонстрировать следующие результаты в области физкультуры:

Ученик научится	Ученик получит возможность научиться
<p>Личностные универсальные учебные действия: У обучающегося будут сформированы:</p> <ul style="list-style-type: none">- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.	<p>Обучающийся получит возможность для формирования:</p> <ul style="list-style-type: none">развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Регулятивные универсальные учебные действия:

Обучающийся научится:

- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;
- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;
- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

Познавательные универсальные учебные действия:

Обучающийся научится:

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепление здоровья;

Обучающийся получит возможность научиться:

- правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми;
- названия разучиваемых технических приёмов игр и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований по спортивным играм;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами спортивных игр;

Обучающийся получит возможность научиться:

- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению

<ul style="list-style-type: none">- свои права и права других людей;- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья; <p>Коммуникативные универсальные учебные действия: <i>Обучающийся научится:</i></p> <ul style="list-style-type: none">- принимать участие в совместной работе коллектива;- вести диалог, работая в парах, группах;<ul style="list-style-type: none">- допускать существование различных точек зрения, уважать их точку зрения, уважать чужое мнение;- координировать свои действия с действиями партнёров;- корректно высказывать своё мнение, обосновывать свою позицию;- задавать вопросы для организации собственной и совместной деятельности;- осуществлять взаимный контроль совместных действий;- совершенствовать математическую речь;- высказывать суждения, используя различные аналоги понятия, слова, словосочетания, уточняющие смысл высказывания;	<p>здоровья;</p> <p><i>Обучающийся получит возможность научиться:</i></p> <ul style="list-style-type: none">- применять коммуникативные и презентационные навыки;- находить выход из стрессовых ситуаций;- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;- отвечать за свои поступки;- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.
--	--

--	--

2. Содержание учебного предмета, курса

Тема занятия	Количество часов
<p style="text-align: center;">Баскетбол</p> <p>1. <i>Основы знаний.</i> Основные части тела. Мышцы, кости и суставы. Как укрепить свои кости и мышцы. Физические упражнения. Режим дня и режим питания.</p> <p>2. <i>Специальная подготовка.</i> Броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади над головой);</p> <p>передача мяча (снизу, от груди, от плеча); ловля мяча на месте и в движении – низко летящего и летящего на уровне головы.</p> <p>Стойка игрока, передвижение в стойке. Остановка в движении по звуковому сигналу. Подвижные игры: «Охотники и утки», «Летает – не летает»; игровые упражнения «Брось – поймай», «Выстрел в небо» с малыми и большими мячами.</p>	<p>10 часов</p>
<p style="text-align: center;">Волейбол</p>	<p>13 часов</p>

1. *Основы знаний.* Волейбол – игра для всех. Основные линии разметки спортивного зала. Положительные и отрицательные черты характера. Здоровое питание. Экологически чистые продукты. Утренняя физическая зарядка.

2. *Специальная подготовка.* Специальная разминка волейболиста. Броски мяча двумя руками стоя в стену, в пол, ловля отскочившего мяча, подбрасывание мяча вверх и ловля его на месте и после перемещения. Перебрасывание мяча партнёру в парах и тройках - ловля мяча на месте и в движении – низко летящего и летящего на уровне головы.

Стойка игрока, передвижение в стойке. Подвижные игры: «Брось и попади», «Сумей принять»; игровые упражнения «Брось – поймай», «Кто лучший?»

Футбол

1. *Основы знаний.* Влияние занятий футболом на организм школьника. Причины переохлаждения и перегревания организма человека. Признаки простудного заболевания.

2. *Специальная подготовка.* Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу. Передачи мяча в парах. Подвижные игры: «Точная передача», «Попади в ворота».

9 часов

3. Календаро-тематическое планирование

№ п/п	Дата	Тема урока	Колич. час.	Основные виды учебной деятельности	Требования к уровню подготовки учащихся
Баскетбол – 10 часов					
1	01.09	«Прыжком»	1	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге).	Обучающийся научится: моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач; -проявлять быстроту и ловкость во время подвижных и спортивных игр: баскетбол; -управлять эмоциями в процессе игровой деятельности.
2	08.09	«В два шага»	1		двигательным действиям, составляющих содержание подвижных и спортивных игр: баскетбол,
3	15.09	Передачи мяча	1		Моделировать тактику освоенных игровых действий, варьировать её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игро-

					вой деятельности
4	22.09	Ловля мяча	1	Ведение мяча в низкой , средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой.	моделировать технику выполнения игровых действий
5-6	29.09. 06.10	Ведение мяча	2	Ведение мяча в низкой , средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой.	моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных
7-8	13.10 20.10	Броски в кольцо	2	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника. Максимальное расстояние до корзины 3,60 метра.	Осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.
9-10	27.10 10.11	Подвижные игры	2	Подвижные игры на базе баскетбола («школа мяча», «гонка мяча», «охотники и утки» и т.п.). Приложение №1.	Бросать и ловить мяч, вести мяч различными способами, выполнять эстафеты с мячом, играть в подвижные игры.
Волейбол – 13 часов					
11-12	17.11 24.11	Перемещения	2	Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и т.п.). Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, поворот, ускорение).	Обучающийся научится: передвижению в защитной стойке: поворотам и остановкам; основным приемам игры в в/бол

13-14	01.12 08.12	Передача	2	Передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи двумя руками сверху в парах. Передачи мяча над собой. Тоже через сетку. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола, игра по правилам в пионербол, игровые задания.	Передачам мяча различными способами
15	15.12	Нижняя прямая подача с середины площадки	1	Передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи двумя руками сверху в парах. Передачи мяча над собой. Тоже через сетку. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола, игра по правилам в пионербол, игровые задания.	Выполнять контрольные тесты.
16	22.12	Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки	1		Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий.
17	12.01	Прием мяча	1	Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Прием подачи.	Совершенствовать и корректировать технику выполнения передачи и подачи.
18	19.01	Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку	1		Решать задачи игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий;
19	26.01	Прием подачи.	1	Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки	Описывать технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.

20-21	02.02 09.02	Подвижные игры и эстафеты	2	Подвижные игры и эстафеты	Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий
22-23	16.02 01.03	Подвижные игры и эстафеты	2	Подвижные игры и эстафеты	Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий
Футбол – 9 часов					
24	15.03	Стойки и перемещения	1	Стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боком и спиной вперед, ускорения, старты из различных положений. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения).	Обучающийся научится: Основным приёмам игры в ф/б.
25-26	22.03 05.04	Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов	2	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма, с места, с одного-двух шагов.	Описывать технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.
27	12.04	Вбрасывание из-за «боковой» линии	1	Передачи мяча в парах Комбинации из освоенных элементов: ведение, удар (пас), прием мяча, остановка. Игры и игровые задания	Моделировать технику освоенных игровых действий и приёмов, варьировать её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.

28	19.04	Удар внутренней стороной стопы по мячу, катящемуся навстречу	1		Выполнять правила игры. Организовывать совместные занятия ф/б со сверстниками, осуществлять судейство игры.
29-30	26.04 03.05	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой.	2		Разбирать характерные ошибки при выполнении упражнения; характеризовать показатели физической подготовки
31-32	17.05 24.05	Подвижные игры: «Точная передача», «Попади в ворота».	1	Подвижные игры	Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от условий и двигательных задач
					Выполнять правила игры. Осуществлять судейство.