

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Республики Адыгея
МО «Шовгеновский район»
«МБОУ ООИ № 12 х. Мамашев»

РАССМОТРЕНО

Завуч

Девер

Девер Е.А.

Протокол 1 от «25»
08.2023г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Халичева

Халичева И.М.

Приказ № 12 от «25»
08.2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учителя

Арустамян Эгине Сереежан

внеурочной деятельности

«Движение есть жизнь»

6 класс

количество часов в неделю — 1 час

Рассмотрено на педагогическом совете протокол № 1 от 25.08.2023г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Движение есть жизнь» в 6 классе по спортивно-оздоровительному направлению составлена на основании следующих нормативных документов:

- Федеральный закон «Об Образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012г.;
- Закон Республики Адыгея от 27 декабря 2013 №264 «Об Образовании в Республике Адыгея»;
- Основная образовательная программа основного общего образования МБОУ ООШ №12 х. Мамацев;
- Положение о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ МБОУ ООШ №12 х. Мамацев;
- Учебный план МБОУ ООШ№12 х. Мамацев на 2023-2024гг
- Программа соответствует федеральному компоненту государственного образовательного стандарта второго поколения и представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности учащихся. Рассчитана программа на 34 учебных часа.
Место проведения: спортивная площадка.
- Занятие проводится 1 раз в неделю, 1ч

Планируемые результаты освоения внеурочной деятельности по курсу «Движение есть жизнь»

Личностные результаты

ученик научится:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

ученик получит возможность научиться:

- 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.

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД:

ученик научится:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

ученик получит возможность научиться:

- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

Познавательные УУД:

ученик научится:

- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения.

ученик получит возможность научиться:

- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

Коммуникативные УУД:

ученик научится:

- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

ученик получит возможность научиться:

- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

Содержание программы

1 раздел. Введение (2ч.)

Основы знаний о народной подвижной игре.

Что такое народная игра? Познакомить с историей народной подвижной игры.

Общее и различие в правилах игр различных народов и народностей России. Понятие правил игры. Выработка правил.

Форма проведения: интерактивное путешествие по регионам России.

Виды деятельности: познавательная, аналитическая.

Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!

Двигательная активность и гиподинамия. Я люблю поиграть. Разучивание и организация совместных народных подвижных игр для мальчиков и девочек. Понятие команды в подвижных играх.

Форма проведения: занятие – тренинг

Виды деятельности: упражнения на сплочение, умение видеть товарища по команде, отработка правильной реакции на неудачу.

2 раздел. Игры с бегом и перебежками (10 ч.)

- Перебежки с вырубкой;
- Двенадцать палочек;
- Казаки-разбойники;
- Ищем палочку;
- Флаг.

Форма организации: подвижные игры

Виды деятельности обучающихся: физическая разминка, знакомство с содержанием игры, с правилами и техникой безопасности игры, разучивание игры, освоение отдельных элементов игры, участие в игре, поиск решения задач игры в команде, взаимодействие с другими участниками команды.

4 раздел. Игры с мячом (10 ч.)

- Лапта;
- Круговая лапта;
- Перестрелка;
- Защищай товарища;
- Выбей из круга

Форма организации: подвижные игры

Виды деятельности обучающихся: физическая разминка, знакомство с содержанием игры, с правилами и техникой безопасности игры, разучивание игры, освоение отдельных элементов игры, участие в игре, поиск решения задач игры в команде, взаимодействие с другими участниками команды.

5 раздел. Игры с прыжками (4 ч.)

- Прыжки через нарты;
- Прыгуны и пятнашки;
- Горячий-холодный.

Форма организации: подвижные игры

Виды деятельности обучающихся: физическая разминка, знакомство с содержанием игры, с правилами и техникой безопасности игры, разучивание игры, освоение отдельных элементов игры, участие в игре, поиск решения задач игры в команде, взаимодействие с другими участниками команды.

6 раздел. Спортивный праздник «Фестиваль народных игр» (2 ч.)

Формы организации: творческая мастерская

Виды деятельности: разработка плана и сценария праздника, подготовка инвентаря, распределение ролей мастеров игры, освоение действий соответственно своей роли.

7 раздел. Итоговое занятие (1 ч.)

Проект «Играйте вместе с нами» (подведение итогов)

Форма организации: видеопроект

Виды деятельности: творческая, съемка видеоролика о любимых играх.

**Тематическое планирование
Движение есть жизнь 6 класс (34 часа)**

№ п/п	Наименование раздела	Кол-во часов
1	Введение. Основы знаний о народной подвижной игре. Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!	2
2	Игры с бегом и перебежками	11
3	Игры с мячом	11
4	Игры с прыжками	5
5	Спортивный праздник «Фестиваль народных игр»	4
6	Итоговое занятие. Проект «Играйте вместе с нами»	1
ИТОГО		34

Календарно-тематическое планирование (6 класс)

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов		Планируемая дата	Корректировка даты
		Теоретических	Практических		
Раздел 1. Введение (2ч.)					
1	Вводный инструктаж. Основы знаний о народной подвижной игре.	1			
2	Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!	1			
Раздел 2. Игры с бегом и перебежками (11 ч.)					
3	«Перебежки с выручкой». Разучивание игры упражнения по коррекции и профилактике нарушения осанки		1		
4	Игра «Перебежки с выручкой». Упражнения по коррекции и профилактике нарушения осанки		1		
5	«Двенадцать палочек». Разучивание игры.		1		

	Упражнения по коррекции и профилактике зрения.				
6	Игра «Двенадцать палочек». Упражнения по коррекции и профилактике зрения.		1		
7	«Казачи-разбойники». Разучивание игры. Тестовые упражнения на развитие основных физических качеств		1		
8	Игра «Казачи-разбойники». Тестовые упражнения на развитие основных физических качеств		1		
9	«Ищем палочку». Разучивание игры. Упражнения на координацию		1		
10	Игра «Ищем палочку». Упражнения на координацию		1		
11	«Флаг». Разучивание игры. Тренировочные упражнения на сплочение.		1		
12	«Флаг». Разучивание игры. Тренировочные упражнения на сплочение.				
13	Игра «Флаг»		1		
Раздел 4. Игры с мячом (11 ч.)					
14	Повторный инструктаж. «Лапта». Разучивание игры. Общеразвивающие упражнения. Бег с ускорением.		1		
15	Игра «Лапта»		1		
16	«Круговая лапта». Разучивание игры. Общеразвивающие упражнения. Бег с ускорением.		1		
17	Игра «Круговая лапта».		1		

18	«Перестрелка». Разучивание игры. Упражнения на координацию движений и меткость.		1		
19	Игра «Перестрелка».		1		
20	«Защищай товарища». Разучивание игры. Упражнения на координацию движений, осанку.		1		
21	Игра «Защищай товарища».		1		
22	«Выбей из круга». Разучивание игры. Упражнения общеразвивающие, на координацию движений, меткость.		1		
23	«Выбей из круга». Разучивание игры. Упражнения общеразвивающие, на координацию движений, меткость.		1		
24	Игра ««Выбей из круга». Упражнения по коррекции и профилактике зрения.		1		
Раздел 5. Игры с прыжками (7ч.)					
25	«Прыжки через нарты». Разучивание и проведение игры. Упражнения общеразвивающие		1		
26	«Прыжки через нарты». Разучивание и проведение игры. Упражнения общеразвивающие		1		
27	«Прыгуны и пятнашки». Разучивание игры		1		
28	Игра «Прыгуны и пятнашки».		1		
29	Игра «Прыгуны и пятнашки».		1		
30	«Горячий-холодный» разучивание и проведение игры. Упражнения на ориентировку в пространстве		1		
31	«Горячий-холодный»		1		

	разучивание и проведение игры. Упражнения на ориентировку в пространстве				
Раздел 6. Спортивный праздник «Фестиваль народных игр» (2 ч.)					
32	Разработка плана и сценария праздника	1			
33	Спортивный праздник «Фестиваль народных игр»		1		
Раздел 7.Итоговое занятие (1ч.)					
34	Проект «Играйте вместе с нами»	1		25.05.18	
Итого		4	30		34

Рабочая программа внеурочной деятельности по курсу «Движение есть жизнь» для 6 класса составлена на основе авторской программы В.И Ляха «Физическая культура. 5-9 классы» (М.: Просвещение, 2014) и методического пособия «Внеурочная деятельность учащихся. Совершенствование видов двигательных действий в физической культуре» (Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В.Маслов, М.: Просвещение, 2014).

Курс рассчитан на 34 часа и предполагает 1 занятие (1 час) в неделю. Срок реализации программы учебный год.

