

Кировское областное государственное общеобразовательное бюджетное учреждение «Средняя школа с углублённым изучением отдельных предметов пгт Кикнур»

УТВЕРЖДЕНО  
приказом директора КОГОбУ  
СШ с УИОП пгт Кикнур  
№119-ОД от 01.09.2023.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**курса внеурочной деятельности**  
**«Спортивные игры»**  
основное общее образование (6 класс)  
2023-2024 учебный год

## **I. Пояснительная записка**

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» для 6 классов составлена в соответствии с:

- Законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утверждённого приказом Минобрнауки РФ от 17.12.2010 №1897
- На основе авторской программы физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич. - М.:Просвещение, 2010 г., допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации;

На современном этапе общественного развития главное значение имеет формирование физически здоровой, социально активной, развитой личности. Основы становления полноценной личности закладываются с самого раннего детства при совместных усилиях школы и семьи.

Программа внеурочной деятельности по спортивно - оздоровительному направлению «Спортивные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и является неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья обучающихся, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

Эта программа способствует укреплению здоровья, формированию двигательного опыта воспитания здорового образа жизни через занятия физическими упражнениями и активности, самостоятельности в двигательной активности, в частности, игры. В основу программы для учащихся 6-го класса положены программа физического воспитания для учащихся средней школы, а также программа физического воспитания с игровой направленностью.

### **Цели программы:**

– обучение подвижным играм различной направленности и элементам спортивных игр (волейбол, баскетбол, лапта), формирование двигательной активности обучающихся 6 класса.

-содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

### **Задачи:**

*Обучающие:*

- приобретение знаний о русских народных играх, о традициях, истории и культуре русского народа;

-обучение разнообразным правилам русских народных игр и других физических упражнений игровой направленности;

-привитие необходимых теоретических знаний в области физической культуры, спорта, гигиены.

*Развивающие:*

-развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости;

-гармоничное развитие функциональных систем организма ребёнка, повышение жизненного тонуса;

-повышение физической и умственной работоспособности школьника;

*Воспитывающие:*

-формирование потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями, ответственности за своё здоровье;

-привитие учащимся интереса и любви к занятиям различным видам спортивной и игровой деятельности.

-воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности

**Объем программы:** Второй год обучения. На реализацию программы отводится 1 час в неделю, программа рассчитана на 35 часов (35 учебных недель).

**Основные формы работы на занятии:** коллективная и групповая. Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть. Теоретическая часть занятий максимально компактна и включает в себя необходимую информацию о теме и предмете знания. На теоретических занятиях обучающимся сообщаются основные сведения о названиях, правилах проведения, организации, и технике безопасности на занятиях подвижными играми, понятие о правильной осанке, рациональном дыхании, режиме дня и личной гигиене.

На практических занятиях обучающиеся овладевают двигательными умениями и навыками, тактикой подвижных игр и эстафет различной направленности. Содержание курса, объединенного в блоки, предусматривает не только усвоение теоретических знаний, но формирование практического опыта. Практические задания стимулируют активность, творчество, саморазвитие, самосовершенствование обучающихся.

## **II. Содержание программы внеурочной деятельности**

**Мини-футбол (5ч.)**Техника безопасности на занятиях по мини-футболу. Стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боком и спиной вперед, ускорения, старты из различных положений. Упражнения с мячом. Эстафеты с мячом. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения). Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов. Стойки и перемещения.Игра: «Точная передача», «Попади в ворота». Игра по упрощённым правилам мини-футбола.

**Подвижные игры (5ч.)**Техника безопасности на занятиях по подвижным играм. Эстафеты. Эстафета с переноской предметов. «Перетягивание каната». Игра «Запрещённое движение». Игра «Вышибалы». «Третий лишний». Весёлые старты. Разучивание игр «Гонка мячей по кругу», «Совушка». Эстафета с мячами, скакалками.

**Пионербол (5ч.)**Техника безопасности на занятиях по подвижным играм, пионерболу.Игра с прыжками Попрыгунчики-воробушки Спортивная игра Пионербол. Игры «Рыбы и рыбаки», Колдуны, «Коты и мыши», Вызов номеров Спортивная игра Пионербол. «Подвижная цель», «Передал – садись» Спортивная игра Пионербол. Эстафета с мячами, скакалками

**Волейбол (8ч.)** Техника безопасности на занятиях по волейболу. Основная стойка. Правила игры. Эстафеты с мячом. Техника приёма мяча в парах. Передачи и приём мяча после передвижений. Передача мяча сверху двумя руками. Техника владения мячом: нижняя прямая подача. Нижняя боковая подача. Верхняя прямая подача. Игра по упрощённым правилам волейбола.

**Настольный теннис (4ч.)**Техника безопасности на занятиях по настольному теннису. Игровые правила. Отработка игровых приёмов: партия состоит из розыгрышей, каждый из которых начинается с подачи; первый подающий обычно определяется жребием; далее подающие чередуются каждые две подачи; по современным правилам партия идет до 11 очков; во время игры если мяч зацепил сетку и переместился на другую половину, то игра продолжается. Игра по упрощённым правилам тенниса.

**Баскетбол (8ч.)** Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Основные правила игры. Техника передвижений. Стойки и перемещения баскетболиста. Перемещение в стойке приставными шагами. Повороты без мяча и с мячом. Остановка двумя шагами, повороты и ловля мяча. Передача мяча в движении. Правила судейства. Ведение мяча на месте, по прямой, по дугам, зигзагом. Бросок и ловля мяча, бросок в корзину от плеча с места. Штрафной бросок.

### **III. Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности.**

**Результатами изучения курса «спортивные игры» являются:**

организация отдыха и досуга средствами физической культуры;

- бережное обращение с оборудованием и инвентарем. 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.

**К концу учебного года дети должны знать и уметь:**

В процессе реализации программы дети смогут активно играть, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации сами регулировать степень мышечного напряжения и внимания, приспособиться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели.

Учащиеся научатся составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки; организовывать и

проводить самостоятельно подвижные игры; уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий; выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость). Научатся проявлять смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию; владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём; применять игровые навыки в жизненных ситуациях. Дети узнают историю возникновения русских народных игр; правила проведения игр, эстафет и праздников; основные факторы, влияющие на здоровье человека. Узнают об основах правильного питания, об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур; о профилактике нарушения осанки; о причинах травматизма и правилах его предупреждения.

#### IV. Календарно-тематическое планирование. Учебно - тематический план

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов
1.	<b>ТБ в спортивном зале</b>	В процессе уроков
2.	<b>Мини-футбол</b>	5
3.	<b>Подвижные игры</b>	3
4.	<b>Пионербол</b>	3
5.	<b>Волейбол</b>	8
6	<b>Настольный теннис</b>	8
7	<b>Баскетбол</b>	8
<b>Всего</b>		<b>35</b>

В рабочей программе по внеурочной деятельности «Спортивные игры» в 6 классе, предусмотрено на изучение тем 35 часов.

№ п/п	Наименование раздела	Наименование темы	Кол-во часов	Дата	Электронно (цифровые) образовательные ресурсы
1	<b>Подвижные игры (3 часа)</b>	Техника безопасности на занятиях по подвижным играм. Подвижные игры. Спортивные игры. Эстафеты.	1		РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/1247/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/1247/</a>
2		Русские народные игры. Эстафета с переноской предметов. «Перетягивание каната».	1		
3		Подвижные игры. Игры «Гонка мячей по кругу», «Тридцать три». Эстафета с мячами, скакалками.	1		
4	<b>Настольный теннис (8 часов)</b>	Техника безопасности на занятиях по настольному теннису. Игровые правила.	1		РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/1133/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/1133/</a>
5		Отработка игровых приёмов: партия состоит из розыгрышей, каждый из которых	1		

		начинается с подачи. Игра по упрощённым правилам.			
6		Отработка игровых приёмов: первый подающий обычно определяется жребием; далее подающие чередуются каждые две подачи. Игра по упрощённым правилам.	1		
7		Отработка игровых приёмов: далее подающие чередуются каждые две подачи. Игра по упрощённым правилам.	1		
8		Отработка игровых приёмов: далее подающие чередуются каждые две подачи. Игра по упрощённым правилам.	1		
9		Отработка игровых приёмов: по современным правилам партия идет до 11 очков; во время игры если мяч зацепил сетку и переместился на другую половину, то игра продолжается. Игра по упрощённым правилам тенниса.	1		
10		Отработка игровых приёмов: по современным правилам партия идет до 11 очков; во время игры если мяч зацепил сетку и переместился на другую половину, то игра продолжается. Игра по упрощённым правилам тенниса.	1		
11		Игровые правила. Игра по упрощённым правилам тенниса.	1		
12	<b>Мини-футбол (5 часов)</b>	Техника безопасности на занятиях по мини-футболу. Стойки игрока. Упражнения с мячом. Игра: «Точная передача».	1		РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7158/main/262291/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7158/main/262291/</a>
13		Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов. Игра: «Точная передача», «Попади в ворота».	1		
14		Упражнения с мячом. Стойки и перемещения. Игра: «Точная передача».	1		
15		Упражнения с мячом. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения). Игра по упрощённым правилам мини-футбола.	1		

16		Упражнения с мячом. Игра по упрощённым правилам мини-футбола.	1		
17	<b>Баскетбол (8 часов)</b>	Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Основные правила игры. Техника передвижений	1		РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7154/main/309286/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7154/main/309286/</a>
18		Основные правила игры. Техника передвижений.	1		
19		Стойки и перемещения баскетболиста. Перемещение в стойке приставными шагами. Игра по упрощённым правилам баскетбола.	1		
20		Стойки и перемещения баскетболиста. Перемещение в стойке приставными шагами. Игра по упрощённым правилам баскетбола.	1		
21		Повороты без мяча и с мячом. Остановка двумя шагами, повороты и ловля мяча. Игра по упрощённым правилам баскетбола.	1		
22		Передача мяча в движении. Правила судейства. Игра по упрощённым правилам баскетбола. Перемещение в стойке приставными шагами.	1		
23		Ведение мяча на месте, по прямой, по дугам, зигзагом. Игра по упрощённым правилам баскетбола.	1		
24		Бросок и ловля мяча, бросок в корзину от плеча с места. Штрафной бросок. Игра по упрощённым правилам баскетбола.	1		
25	<b>Пионербол (3 часа)</b>	Техника безопасности на занятиях по подвижным играм, пионерболу. Игра с прыжками.	1		Знание.py <a href="https://znanio.ru/media/videourok-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-pionerbol-s-elementami-volejbola-6-klass-2613326">https://znanio.ru/media/videourok-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-pionerbol-s-elementami-volejbola-6-klass-2613326</a>
26		Спортивная игра «Пионербол». Игра «Подвижная цель».	1		
27		Эстафета с мячами, скакалками. Игра «Пионербол».	1		
28	<b>Волейбол (8 часов)</b>	Техника безопасности на занятиях по волейболу. Основная стойка. Основные правила игры.	1		РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/1303/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/1303/</a>
29		Основная стойка. Основные правила игры.	1		
30		Правила игры. Эстафеты с мячом. Техника приёма мяча в парах.	1		
31		Техника приёма мяча в парах. Передачи и приём мяча после передвижений.	1		
32		Правила игры. Передачи и приём мяча после	1		

		передвижений. Игра по упрощённым правилам волейбола.			
33		Передача мяча сверху двумя руками. Техника владения мячом: нижняя прямая подача.	1		
34		Нижняя боковая подача. Верхняя прямая подача.	1		
35		Нижняя боковая подача. Верхняя прямая подача. Игра по упрощённым правилам волейбола.	1		

### список литературы

1. Подвижные игры: Учебное пособие для студентов вузов и ссуз физической культуры. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 229 с.
2. 500 игр и эстафет. – Изд. 2-е – М.: Физкультура и спорт, 2003. – 304 с.: ил. – (Спорт в рисунках)
3. Спортивные игры на уроках физкультуры/ Под общей редакцией О. Листова. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 276 с.
4. Бергер Г.И., Бергер Ю.Г. Конспекты уроков для учителя физкультуры: 5-9 кл.: Урок физкультуры: Спортивные игры, лыжная подготовка, подвижные игры. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. – 144 с.
5. Красников А.А. Проблемы общей теории спортивных соревнований. – М.: СпортАкадемПресс, 2003. – 324 с. (Наука – спорту)
6. Физическая культура. Учебник для учащихся 5-6 -х классов образовательных учреждений с углубленным изучением предмета «физическая культура». - М.: СпортАкадемПресс, 2003. -
7. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства: Учеб. для студ. заведений /Ю.Д.Савин и др., Под ред. Ю.Д.Железнякова, Ю.М. Портнова.-М.: Издательский центр «Академия», 2004.- 400 с.
8. Настольная книга учителя физкультуры: Справ.-метод. пособие /Сост. Б.И. Мишин.- М.: ООО «Издательство АСТ»: ООО «Издательство Астрель», 2003.- 526, (2) с.- (Настольная книга)