

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Магаданской области

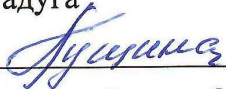
Управление образования администрации Омсукчанского

муниципального округа

МБОУ "СОШ п. Омсукчан"

РАССМОТРЕНО

Руководитель
МО "Радуга"


Гупина О.А.

Протокол № 1
от «26» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УВР


Дубская О.А.

УТВЕРЖДЕНО

И.о. директора МБОУ
"СОШ п. Омсукчан"


Костыгина Н.В.

Приказ № 100
от «26» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Спортивные игры»

для обучающихся 7 классов

п. Омсукчан, 2024

Пояснительная записка

Программа по внеурочной деятельности «Спортивные игры» для 7 класса разработана в соответствии:

- с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. - М.: Просвещение, 2012);
- с рекомендациями Примерной программы по физической культуре (Примерная программа по физической культуре. 5-9 классы. - М.: Просвещение, 2012 год);
- учебной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 5 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2012);

Место курса в учебном плане

На изучение курса «Спортивные игры» в 7 классе отводится 34 часа в год; 1 ч в неделю.

Актуальность программы

Проблема сохранения и укрепления здоровья детей в наши дни становится все более актуальной: мы наблюдаем резкое снижение процентов здоровых детей. Этому может быть много объяснений: неблагоприятная экологическая обстановка, снижение уровня жизни некоторых слоев населения, значительные нервно-психические нагрузки и др. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании.

Значительная роль в формировании здорового образа жизни у детей отводится школе. Ей доверено воспитание новых поколений россиян. Помочь России выйти из кризиса смогут только успешные люди. Успешные – значит понимающие своё предназначение в жизни, умеющие управлять своей судьбой, здоровые физически и нравственно (способные к самопознанию, самоопределению, самореализации, самоутверждению). Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

Сегодня разработано много программ на различных уровнях, направленных на первичную профилактику злоупотребления курением и наркотическими веществами. Профилактику необходимо начинать с ранних лет. Уделять особое внимание формированию полезных привычек как

альтернативе привычкам вредным и установкам на ведение здорового образа жизни. Не нужно делать большой акцент на сами вредные привычки. Главное – приобщить детей к здоровому образу жизни. Дети 10-12летнего возраста наиболее восприимчивы к обучающему воздействию, поэтому целесообразно использовать школу для обучения детей здоровому образу жизни. Что несовместимо с вредными привычками, которые входят в число важнейших факторов риска многих заболеваний.

Программа внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности для учащихся 7 класса поможет создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве.

Для формирования привычки к здоровому образу жизни школьников необходима совместная работа педагога с родителями, психологической и медицинской службой, администрацией школы.

Цель программы - создание благоприятных условий для формирования у школьников позитивного отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха; стремления творить свое здоровье, применяя компетенции в согласии с законами природы, законами бытия.

Задачи:

- формирование здорового жизненного стиля и реализация индивидуальных способностей каждого ученика;
- формирование у детей мотивационной сферы гигиенического поведения, безопасной жизни; профилактика вредных привычек;
- расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта;
- формирование культуры проведения свободного времени через включение детей в разнообразные виды деятельности.

**Планируемые результаты освоения
программы «Спортивные игры»**

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению является формирование следующих компетенций:

- **Определять и высказывать** под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, **делать выбор**, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

2.1 Регулятивные УУД:

- **Определять и формулировать** цель деятельности на занятиях с помощью учителя.
- **Проговаривать** последовательность действий на занятии.
- Учить **высказывать** своё предположение (версию), учить **работать** по предложенному учителем плану.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться совместно с учителем и другими учениками **давать** эмоциональную **оценку** деятельности класса на занятиях.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).
- Уметь организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.).

2.2 Познавательные УУД:

- Добывать новые знания: **находить ответы** на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
- Перерабатывать полученную информацию: **делать выводы** в результате совместной работы всего класса.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).

2.3 Коммуникативные УУД:

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- **Слушать и понимать** речь других.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).

- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.
- Привлечение родителей к совместной деятельности .

2.4 Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.
- умение систематически наблюдать за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

Компетенции, которые должны освоить занимающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности.

В результате реализации программы внеурочной деятельности учащиеся должны освоить технику и тактику баскетбола, волейбола. Различные двигательные навыки для ведения игры.

Основные направления содержания программы.

- **Волейбол.** Технические действия и тактика игры. волейбола по правилам.
- **Баскетбол.** История возникновения и развития спортивной игры баскетбол. Технические действия и тактика игры. Баскетбол игра по правилам.

Содержание учебного предмета

7 класс (34 часа)

№	Разделы	Кол-во часов
1	Волейбол	17
2	Баскетбол	17
	Итого	34

Тематическое планирование по курсу «Спортивные игры» в 7 классе (34 часа)

№ п/п	Название темы	Кол-во часов	Дата
1	Волейбол. <i>Правила игры. Передача мяча сверху, снизу.</i>	1	02.09
2	<i>Обучение передачам сверху, снизу</i>	1	09.09
3	Обучение подачи снизу.	1	16.09
4	Прием после перемещения.	1	23.09
5	Совершенствование передач.	1	30.09
6	Техника передач, подач.	1	07.10
7	<i>Учебно-тренировочная игра с заданиями.</i>	1	14.10
8	Нижняя прямая подача. Мини-волейбол	1	21.10
9	Передачи над собой, партнёру	1	11.11
10	<i>Верхняя прямая подача. Учебно-тренировочная игра.</i>	1	18.11
11	<i>Подача через сетку с 7-9м.</i>	1	25.11
12	Верхняя прямая подача с 3-5м. Подвижные игры с элементами волейбола.	1	02.12
13	Тактические действия в нападении и защите. Учебно-тренировочная игра	1	09.12

14	Атака в прыжке. Учебная игра в волейбол по упрощенным правилам	1	16.12
15	Подбивание с продвижением. Передачи в парах.	1	23.12
16	Игра в волейбол 6х6.	1	13.01
17	<i>Прием после перемещения. Учебная игра с самостоятельным судейством.</i>	1	20.01
18	Баскетбол. Стойка игрока. Передвижения, остановка шагом, прыжком. Подвижные игры.	1	27.01
19	<i>Техника перемещений.</i> Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении	1	03.02
20	<i>Техника владения мячом.</i> Ведение мяча правой и левой рукой, бросок мяча одной рукой с места.	1	10.02
21	Ловля и передача мяч двумя руками от груди с шагом и сменой места.	1	17.02
22	Ведение мяча шагом и бегом. Бросок мяча от плеча, после ведения. Эстафеты.	1	24.02
23	Ведение мяча с изменением направления и скорости	1	03.03
24	Учебно-тренировочная игра.	1	10.03
25	Штрафной бросок в корзину. Эстафеты.	1	17.03
26	Передача мяча в парах на месте, при встречном движении и с отскоком от пола	1	24.03
27	<i>Тактика игры.</i> Персональная защита	1	07.04
28	Двусторонняя игра. Правила игры	1	14.04
29	Передача мяча в движении	1	21.04
30	Ведение мяча попеременно правой и левой рукой	1	28.04
31	Персональная защита, опека. Эстафеты.	1	05.05
32	Учебно-тренировочная игра с	1	12.05

	заданиями.		
33	Ведение мяча при сближении с соперником. Двусторонняя игра.	1	19.05
34	Двусторонняя игра. Судейство игры	1	26.05