

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области,  
реализующее адаптированные основные общеобразовательные программы,**



**«Центр психолого-медико-социального сопровождения «Эхо»**

**ГБОУ СО «ЦПМСС «Эхо»**

---

Согласована:  
протокол заседания № 46 от 09.06.2022

Утверждена:  
приказ № 61.06.2022

**Рабочая программа  
Спортивные игры  
для обучающихся 5 класса (вариант 1.2)  
на 2022-2023 учебный год**

Составитель: Ременюк Г.Е.  
Учитель высшей категории

Екатеринбург 2022

## Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности по спортивно – оздоровительному направлению «Спортивные игры» в 5 классе подготовлена в соответствии с требованиями ФГОС ООО и концепцией физического воспитания.

Федеральным законом РФ от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 N 99-ФЗ, от 23.07.2013 N 203-ФЗ)

Приказом Минобрнауки РФ от 17.02.2010 №1879 "Об утверждении федерального государственного стандарта основного общего образования".

Проектом примерных адаптированных основных общеобразовательных программ основного общего образования (первый год обучения) обучающихся с нарушениями слуха (вариант 1.2.)

Учебным планом ООО ГБОУ СО ЦПМСС «Эхо» для глухих обучающихся.

- Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ОВЗ»;

- Гигиеническими нормативами и требованиями к обеспечению безопасности и безвредности для человека факторов среды обитания, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 (далее – СанПиН 1.2.3685-21)

- Рабочей программой воспитания ГБОУ СО ЦПМСС «Эхо».

Программа «Спортивные игры» призвана сформировать у обучающихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, в творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни, увеличения словарных запасов спортивных терминов

В программе представлены доступные для обучающихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики спортивных игр, развитию физических способностей.

Курс введён в часть учебного плана, формируемого участниками образовательного процесса в рамках спортивно-оздоровительного направления.

Материал программы предполагает изучение основ трёх спортивных игр: баскетбола, волейбола, мини-футбола и даётся в трёх разделах: основы знаний, общая физическая подготовка и специальная техническая подготовка.

### **Цель и задачи программы**

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.

### **Задачи:**

- укрепление здоровья, повышение функциональных и адаптивных возможностей основных жизнеобеспечивающих систем организма, развитие физических качеств, лежащих в основе общей физической подготовленности;
- обучение физическим упражнениям из современных здоровьесберегающих и здоровьесоберегающих систем физического воспитания, формирование индивидуального телосложения, правильной осанки и рационального дыхания, умений организовывать самостоятельные занятия физической культурой с оздоровительной направленностью;
- повышение культуры движений, обогащение двигательного опыта упражнениями базовых видов спорта (гимнастика, легкая атлетика, спортивные игры), а также формирование умений использовать их в условиях учебной деятельности, организации активного отдыха и досуга;

**Цель программы внеурочной деятельности «Спортивные игры»:** укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.

Целью программы является:

- способствовать всестороннему физическому развитию;
- способствовать вовлечению учащихся в двигательную деятельность.
- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся;
- популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;
- формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям спортивными играми;
- обучение технике и тактике спортивных игр;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний;
- воспитание моральных и волевых качеств.

### ***ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»***

Программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» активно используется в процессе физического воспитания обучающихся. Программа реализуется во внеурочное время и имеет спортивно-оздоровительное направление.

Программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» призвана оказывать содействие гармоничному физическому развитию каждого ребёнка, всесторонней физической подготовке и укреплению здоровья; ориентирован на привитие потребности к систематическим занятиям физкультурой и спорта.

С учетом воспитательно-развивающего значения спортивных игр преследуется решение совокупности задач физического воспитания:

- вооружение необходимыми знаниями по физической культуре, формируемыми игровой деятельностью;
- содействие укреплению здоровья, разносторонней физической подготовленности, закаливанию растущего организма и профилактике заболеваний;

- привитие интереса и потребности к повседневным занятиям спортивными играми;
- создание предпосылок для успешного освоения спортивных игр;
- воспитание дисциплинированности, отзывчивости, честности, смелости.

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

Занятия спортивными играми положительно влияют на общее физическое развитие организма, равномерно воздействует на все мышцы, способствует разностороннему развитию внутренних органов, улучшает обмен веществ, содействует гармоничному развитию человека.

Спортивные игры развивают ловкость, быстроту, выносливость, координацию движений. Перед занимающимися ставятся следующие задачи:

- содействовать воспитанию всесторонне развитой личности;
- вовлекать учащихся в систематические занятия спортом;
- укреплять здоровье;
- содействовать правильному физическому развитию и закаливанию организма;
- воспитывать волевых, смелых и психически здоровых учащихся
- готовить их к сдаче нормативов комплекса ГТО и выполнению спортивных юношеских разрядов;

Занятие спортивными играми во внеурочной деятельности носят подчеркнуто разносторонний характер и направлено на приобретение комплекса необходимых для специализирующихся спортивных игр качеств и навыков. Одной из главных задач занятий является создание и последующее совершенствование широкой моторной базы и координационных возможностей, Решение ее предполагает достижение высокого уровня развития двигательных качеств и овладение жизненно необходимыми навыками. Эта задача тесно сопрягается с проведением на данном этапе изучением специальных движений – технических приемов, необходимых в игре и спортивных состязаниях.

Спортивные игры давно получили признание, как незаменимое средство общей физической подготовки. Разнообразие игровых действий, их соревновательный характер обеспечивают полноценное физическое развитие и способствует достижению разносторонней физической подготовленности занимающихся.

Овладение спортивными играми открывает для каждого возможность самостоятельно использовать их в своем отдыхе, что помогает сделать его не только интересным но и полезным.

Тренировки и соревнования по спортивным играм, где необходимо преодолеть сопротивление соперника, совершенствуют способность к инициативным действиям.

Коллективный характер такой деятельности обеспечивает приобретение навыков взаимодействия, развивает такие ценные морально-волевые качества, как умение подчинить личные интересы интересам коллектива, взаимопомощь, уважение к своим партнерам и соперникам, сознательную дисциплину, чувство ответственности и т. д.

Занятия по спортивным играм проходят в спортивном зале, на открытой спортивной площадке.

Временное применение игр может повлечь за собой образование неправильного навыка в движениях, Необходимо помнить, что закрепление изученных в игровой деятельности технически сложных основных движений возможно и должно только после того, как умение

выполнять то или иное движение перешло у детей в навык. В этих условиях игра явится отличным средством выработки у учащихся прочных навыков в выполнении движений.

Спортивные игры проводятся с определенными педагогическими задачами формирования и развития двигательных умений, навыков и качеств, с задачами обеспечения физической нагрузки и разностороннего воздействия на организм занимающихся.

При проведении игр исключительно велика роль учителя. От него зависит не только подготовка игры, но и весь ход ее и результаты. Учитель активно участвует в играх. Он руководит игрой, наблюдает, а если нужно, то и сам играет вместе с учащимися (кроме игр с элементами соревнований).

Важно организованно закончить спортивную игру: подвести итоги, объявить результаты, отметить положительные и отрицательные стороны. К подведению итогов нужно чаще привлекать самих участников. Это способствует воспитанию у учащихся умений оценивать свои действия, действия товарищей, выявлять причины побед и поражений.

В ходе учебных занятий большое место отводится занятиям футболом, баскетболом и волейболом.

По окончании реализации программы ожидается достижение следующих результатов:

- достижение высокого уровня физического развития и физической подготовленности у 100 % учащихся, занимающихся по данной программе;

- победы на соревнованиях городского и областного уровня;

- повышение уровня технической и тактической подготовки в данном виде спорта;

- устойчивое овладение умениями и навыками игры;

- развитие у учащихся потребности в продолжение занятий спортом как самостоятельно, так и в спортивной секции, после окончания школы;

- укрепление здоровья учащихся, повышение функционального состояния всех систем организма;

- умение контролировать психическое состояние.

Программа внеурочной деятельности (секции) «Спортивные игры» направлена на реализацию следующих принципов:

- принцип модификации, основанный на выборе средств, методов и форм организации занятий, учитывающих возрастную - половые и индивидуальные особенности детей;

- принцип сознательности и активности, основанный на формировании у детей осмысленного отношения к выполнению поставленных задач;

- принцип доступности, основанный на индивидуальном подходе к ученикам, который создает благоприятные условия для развития личностных способностей;

- принцип последовательности обеспечивает перевод двигательного умения в двигательный навык.

*Место предмета внеурочной деятельности «Спортивные игры» в учебном плане ГБОУ СО ЦПМСС «Эхо»*

Программа соответствует федеральному компоненту ФГОС и представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности учащихся 5 класса. Рассчитана на 34 учебных часа и предполагает равномерное распределение этих часов по неделям с целью проведения регулярных еженедельных внеурочных занятий со школьниками. Режим занятий: занятия по данной программе проводятся в форме тренировок, соревнований, товарищеских встреч, сдачи контрольных нормативов, контрольного тестирования. Периодичность - один раз в неделю по одному учебному часу, ограниченному временем. В соответствии с учебным планом на занятие внеурочной деятельности

Принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т.е. 40 минут. Реализация данной программы в рамках внеурочной деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке обучающихся.

Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке. Организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

### *Ценностные ориентиры содержания внеурочной деятельности «Спортивные игры»*

Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.

Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность семьи как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

Ценность социальной солидарности как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Ценность патриотизма – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

Ценность человечества – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

### *Результаты изучения внеурочной деятельности «Спортивные игры»*

Внеурочная деятельность по программе «Спортивные игры» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура».

Универсальными компетенциями учащихся являются:

- умение организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умение доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются личностные, метапредметные и предметные

Личностные	Метапредметные	Предметные
<p>Гражданское воспитание;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- готовность и стремление к сотрудничеству со сверстниками на основе коллективной творческой деятельности и в различных социальных ситуациях;</li> <li>- осознание правил и норм поведения и взаимодействия со взрослыми и сверстниками (класс, школа, семья) и в общественных местах;</li> <li>- умение выражать своё отношение к результатам собственной и чужой деятельности;</li> </ul> <p>2. Патриотическое воспитание;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ощущение себя сопричастным общественной жизни (на уровне школы, семьи, города, страны), формирование чувства гордости за свою страну;</li> </ul> <p>3. Духовно-нравственное воспитание;</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;</li> <li>- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;</li> <li>- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;</li> <li>- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;</li> <li>- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.</li> </ul>	<p><b>должны знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;</li> <li>- правила оказания первой помощи;</li> <li>- способы сохранения и укрепление здоровья;</li> <li>- свои права и права других людей;</li> <li>- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;</li> <li>- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;</li> </ul> <p><b>должны уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;</li> <li>- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;</li> <li>- заботиться о своем здоровье;</li> </ul>

<p>- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;</p> <p>4. Эстетическое воспитание;</p> <p>- развитие и проявление этических чувств (доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, сопереживания удачам/неудачам одноклассников);</p> <p>- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.</p> <p>5. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия;</p> <p>- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.</p> <p>6. Трудовое воспитание;</p> <p>- понимание значения и ценности трудовой деятельности человека;</p> <p>- стремление к организованности и аккуратности, проявлению учебной дисциплины;</p> <p>7. Экологическое воспитание.</p> <p>- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни (представления об устройстве домашней и школьной жизни; умения включаться в разнообразные повседневные бытовые и школьные дела);</p> <p>8. Ценности научного познания.</p> <p>- принятие и освоение социальной роли обучающегося, положительное отношение к школе, к учебной деятельности;</p>		<p>- применять коммуникативные и презентационные навыки;</p> <p>- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;</p> <p>- находить выход из стрессовых ситуаций;</p> <p>- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;</p> <p>- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;</p> <p>- отвечать за свои поступки;</p> <p>- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.</p> <p>В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся <b>смогут получить знания:</b></p> <p>- значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;</p> <p>- правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми;</p> <p>- названия разучиваемых технических приёмов игр и основы правильной техники;</p> <p>- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;</p> <p>- упражнения для развития физических способностей (скоростных,</p>
---	--	--



<p>- стремление к использованию приобретенных знаний и умений и любознательность;</p> <p>- умение вступать в словесное общение в связи с решением задач учебной и внеурочной деятельности и в связи с возникающими жизненными ситуациями;</p> <p>- формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органическом единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий.</p> <p>– овладение речевыми навыками (понимание значений слов и их употребление, обогащение словарного запаса, развитие навыков связной речи).</p> <p>- практическое овладение языковыми закономерностями, их использование в связной речи.</p> <p>- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;</p> <p>- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключающего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;</p> <p>- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.</p>		<p>скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);</p> <p>- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;</p> <p>- основное содержание правил соревнований по спортивным играм;</p> <p>- жесты судьи спортивных игр;</p> <p>- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами спортивных игр;</p> <p><b>могут научиться:</b></p> <p>- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях спортивными играми;</p> <p>- выполнять технические приёмы и тактические действия;</p> <p>- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях спортивными играми;</p> <p>- играть в спортивные игры с соблюдением основных правил;</p> <p>- демонстрировать жесты судьи спортивных игр;</p> <p>- проводить судейство спортивных игр.</p>
--	--	--

### *Воспитательная составляющая внеурочной деятельности «Спортивные игры»*

Основные направления воспитательной деятельности:

1. Гражданское воспитание;
2. Патриотическое воспитание;
3. Духовно-нравственное воспитание;
4. Эстетическое воспитание;
5. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия;
6. Трудовое воспитание;
7. Экологическое воспитание.
8. Ценности научного познания.

Реализация школьными педагогами воспитательного потенциала урока предполагает следующее:

установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности; побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;

привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;

использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;

применение на уроке интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников; дидактического театра, где полученные на уроке знания обыгрываются в театральных постановках; дискуссий, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми;

включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;

организация шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;

инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст школьникам возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.

## ***Коррекционная направленность внеурочной деятельности «Спортивные игры»***

Специфические задачи (коррекционные, компенсаторные, профилактические):

1. Развитие их ориентирования в пространстве.
1. Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиозы, плоскостопия).
2. Коррекция и компенсация нарушений психомоторики (преодоление страха замкнутого пространства, высоты, завышение или занижение самооценки, нарушение координации движений, гиподинамии и пр.).
3. Коррекция и развитие общей и мелкой моторики.
4. Обеспечение условий для профилактики возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья школьников.
5. Создание благоприятных коррекционно - развивающих условий для лечения и оздоровления организма учащихся средствами АФВ.
6. Коррекция нарушений скоростно-силовых качеств

### ***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.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью

### **Формы проведения занятий и виды деятельности**

Однонаправленные занятия

Посвящены только одному из компонентов подготовки игрока: техники, тактики или общефизической подготовке.

Комбинированные занятия

Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.

Целостно-игровые занятия

Построены на учебной двухсторонней игре по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.

### Контрольные занятия

Прием нормативов у занимающихся, выполнению контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся.

*Содержание внеурочной деятельности «Спортивные игры» 5 а ООО*

№	Название раздела (темы), содержание	Кол-во часов	Планируемые результаты освоения обучающимися программы курса			Вид контроля
			Предметные результаты	Метапредметные результаты	Личностные результаты	
1	Мини-футбол	10	должны знать: - особенности воздействия двигательной активности на организм человека; - правила оказания первой помощи; - способы сохранения и укрепление здоровья; - свои права и права других людей; - влияние здоровья на успешную учебную деятельность; - значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья; должны уметь: - составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его; - выполнять физические упражнения для развития физических навыков; - заботиться о своем здоровье; - применять коммуникативные и презентационные навыки; - оказывать первую медицинскую помощь при травмах; - 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.	- 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.	- 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.	Водный  Текущий  Контрольный
2	Баскетбол	12				
3	Волейбол	12				

**Календарно-тематическое планирование внеурочной деятельности «Спортивные игры» 5 - А**

п/п	Дата	Тема урока	УУД Деятельность обучающихся
		<b>Мини-футбол(10 ч)</b>	
1	01.09.2022	Правила игры в мини-футбол, техника безопасности во время проведения игр в спортивном площадке	<b>Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:</b> - 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. Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.
2	08.09.2022	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Передачи мяча в парах.	
3	15.09.2022	Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места	
4	22.09.2022	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы	
5	29.09.2022	Удар внутренней стороной стопы по мячу, катящемуся навстречу.	
6	06.10.2022	Удар внешней стороной стопы по мячу, катящемуся навстречу.	
7	13.10.2022	Передачи мяча в парах.	
8	20.10.2022	Жонглирование мячом	
9	27.10.2022	Учебно-подвижные игры с элементами мини-футбола	
10	10.11.2022	Игры в мини-футбол	
		<b>Баскетбол (12 часов)</b>	
11	17.11.2022	Правила игры в баскетбол. Т. Б	
12	24.11.2022	Ведение мяча	
13	01.12.2022	Передачи мяча	
14	08.12.2022	Ведение мяча. Игра в баскетбол 2 * 2	
15	15.12.2022	Стойка, перемещение, повороты, остановка. Штрафные броски.	
16	22.12.2022	Бросок мяча	
17	12.01.2023	Ведение мяча	
18	19.01.2023	Ведение мяча	
19	26.01.2023	Передвижение, броски в кольцо	
20	02.02.2023	Вырывание, выбивание мяча, броски в кольцо	
21	09.02.2023	Игровое занятие	
22	16.02.2023	Взаимодействие игроков в нападении и защите	
		<b>Волейбол (12 часов)</b>	
23	02.03.2023	Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.	

24	09.03.2023	Передача мяча сверху в парах	
25	16.03.2023	Передачи мяча над собой	
26	30.03.2023	Передачи мяча через сетку. Прием мяча	
27	06.04.2023	Нижняя прямая подача с середины площадки	
28	13.04.2023	Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку	
29	20.04.2023	Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки	
30	27.04.2023	Передача мяча снизу в парах	
31	04.05.2023	Передачи двумя руками сверху в парах. Передачи мяча через сетку. Игра по правилам в пионербол.	
32	11.05.2023	Игра по упрощенным правилам мини-волейбола.	
33	18.05.2023	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2) и на	
34	25.05.2023	укороченных площадках.	

### ***Учебно-методическое обеспечение внеурочной деятельности «Спортивные игры»***

1. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/Г.А.Колодиницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011. – 77с.: ил. – (Работаем по новым стандартам).
2. Волейбол в школе. Пособие для учителя/В.А. Голомазов, В.Д. Ковалёв, А.Г. Мельников. – М.: «Просвещение», 1976. 111с.
3. Волейбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный). – М.: Советский спорт. 2005.- 112с.
4. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный). – М.: Советский спорт, 2005.
5. Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 5–9 классы: проект. (Стандарты второго поколения). – 3-е изд. – М.: Просвещение, 2011. 61с.
6. Справочник учителя физической культуры/П.А. Киселёв, С.Б. Киселёва. – Волгоград: Учитель, 2011.
7. Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. Волейбол. – М.: Физическая культура и спорт, 1983.
8. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Академия, 2001.
9. С.Н. Андреев «Мини-футбол в школе» ОАО Издательство «Советский спорт» 2008г
10. Волков С.В. «Теория и методика детского и юношеского спорта» Олимпийская литература 2002 г.
11. Ж-Л Чесно «Футбол. Обучение базовой техники» СпортАкадемПресс 1998г
12. Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол–игра для всех – М. Советский спорт, 2008.- 264 стр
13. Тюленьков С.Ю., Федоров А.А. Футбол в зале: система подготовки.- М.: Терра-Спорт,2000.- 86 стр.(Библиотечка тренера)

### ***Материально-техническое обеспечение внеурочной деятельности «Спортивные игры»***

#### *Оборудование спортзала:*

Стенка гимнастическая.

Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания).

Мячи: баскетбольные, футбольные, волейбольные.

Палки гимнастические.

Скакалки.

Маты гимнастические.



Кегли, фишки.

Обручи.

Волейбольная сетка универсальная.

Аптечка.

Мячи малые (теннисные).

***Пришкольные спортивно-игровые площадки:***

Мини-футбольное поле (мини-футбольные ворота).

Универсальная спортивно-игровая площадка (игровой комплекс, тренажеры)

Полоса препятствий

## *Учебно-методическое обеспечение учебного предмета «Адаптивная физическая культура»*

### **Материально-техническое обеспечение**

*Оборудование спортзала:*

Стенка гимнастическая.

Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания).

Мячи: баскетбольные, футбольные, волейбольные.

Палки гимнастические.

Скакалки.

Маты гимнастические.

Кегли, фишки.

Обручи.

Планка для прыжков в высоту.

Стойка для прыжков в высоту.

Рулетка измерительная.

Щиты баскетбольные.

Волейбольная сетка универсальная.

Аптечка.

Мячи малые (теннисные).

***Пришкольные спортивно-игровые площадки:***

Мини-футбольное поле ( мини-футбольные ворота).

Универсальная спортивно-игровая площадка (игровой комплекс, тренажеры)

Полоса препятствий

***Учебно-методическое обеспечение:***

Рабочая программа курса.