

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство просвещения и воспитания Ульяновской области**  
**Муниципальное образование "Старомайнский район"**  
**МБОУ Жедяевская СШ**

РАССМОТРЕНО

на заседание школьного  
методического объединения

  
\_\_\_\_\_  
Л.В.Фомичева

от «27» 08 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора по  
УВР

  
\_\_\_\_\_  
С.М.Шахологова

Приказ № 177  
от «29» 08 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор школы

  
\_\_\_\_\_  
Н.Ю.Федорова

Приказ № 177  
от «29» 08 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**внеурочной деятельности "Подвижные игры"**  
**для обучающихся 9 класса**

**с.Жедяевка 2024**

## **Планируемые результаты освоения внеурочной деятельности**

### **Личностные результаты:**

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной видов деятельности;

- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.

- установка на безопасный здоровый образ жизни

### **Метапредметные результаты.**

#### **Регулятивные УУД:**

- принимать и сохранять учебную задачу;

- планировать этапы решения задачи, определять последовательность учебных действий в соответствии с поставленной задачей;

- осуществлять пошаговый и итоговый контроль по результату под руководством учителя;

- анализировать ошибки и определять пути их преодоления; различать способы и результат действия; -- адекватно воспринимать оценку сверстников и учителя;

- прогнозировать результаты своих действий на основе анализа учебной ситуации; проявлять познавательную инициативу и самостоятельность;

- самостоятельно адекватно оценивать правильность и выполнения действия и вносить необходимые коррективы и по ходу решения учебной задачи.

#### **Познавательные УУД:**

- анализировать информацию, выбирать рациональный способ решения задачи;

- формулировать проблему;

- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;

- различать обоснованные и необоснованные суждения;

- преобразовывать практическую задачу в познавательную;

#### **Коммуникативные УУД:**

- принимать участие в совместной работе коллектива;

- координировать свои действия с действиями партнеров;

- корректно высказывать свое мнение, обосновывать свою позицию;

- задавать вопросы для организации собственной и совместной деятельности;

- осуществлять взаимный контроль совместных действий принимать самостоятельно решения;

- содействовать разрешению конфликтов, учитывая позиции участников

#### **Предметные результаты:**

- обобщать, делать несложные выводы;

- давать определения тем или иным понятиям;

- выявлять закономерности и проводить аналогии;

- создавать условия, способствующие наиболее полной реализации потенциальных познавательных возможностей всех детей в целом и каждого ребенка в отдельности, принимая во внимание особенности их развития.

- осуществлять **принцип индивидуального и дифференцированного подхода в обучении учащихся** с разными образовательными возможностями.
- Результаты внеурочной деятельности** являются частью результатов освоения основной общеобразовательной программы в соответствии с требованиями ФГОС.
- К концу года учащийся овладеет
- Основами спортивной терминологии по спортивным играм, лёгкой атлетике, спортивной гимнастике;
  - Технику безопасности , применяемую в базовых видах спорта;
  - Правилам судейства соревнований в изучаемых видах спорта
  - Историей возникновения Олимпийских игр;
  - Правилами здорового образа жизни;
  - Техникой и тактикой командных действий;
  - Техникой приёма, передачи, подачи мяча в волейболе;
  - Техникой ловли-передачи, ведения, бросков мяча в баскетболе;
  - Техникой бега на короткие дистанции в лёгкой атлетике;
  - Техникой кувырков, прыжков, стоек в гимнастике;
  - Навыками оказания первой медицинской помощи при травмах;
- Формами подведения итогов** освоения программы внеурочной деятельности являются:
- создание буклетов, плакатов;
  - участие в «Дне здоровья».

## РАЗДЕЛ II

### Содержание программы

**Сроки реализации программы:** 1 год. Занятия проводятся 1 раз в неделю в течение года. Всего – 34 ч.

Основной **формой** проведения внеурочной деятельности является –**групповая**. Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него. Роль игры в организации досуга занимает важное место в жизни ребёнка, и поэтому рассматривается педагогами как одно из главных средств воспитания.

**Виды деятельности:** занятия физической культуры (классические, интегрированные, комбинированные и смешанные), практические занятия, самостоятельная работа учащихся с литературой, выпуск буклетов, плакатов.

### Учебно-тематический план

№ п/п	Тема	Содержание
1.	Введение	(1ч.) Знакомство с программой занятий. Основы знаний о спортивных и подвижных играх: понятия правил игры, выработка правил игры. Инструктаж по технике безопасности. Разработка макетов буклетов

№ п/п	Тема	Содержание
		по видам игр.
2.	Легкая атлетика	(9ч.)Общеразвивающие упражнения, эстафеты из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры. В содержание включаются подвижные игры: Линейная и встречная эстафеты, эстафеты с гандикапом, эстафеты в кругу и в парах, «Мячом в цель», «День и ночь» , «Гусеница» ,пятнашки по кругу «Второй лишний» , «Третий лишний» , «Охотники» , «Снайперы», эстафета «Челночный бег с переносом кубиков».
3.	Гимнастика с основами акробатики	(7ч.)Общеразвивающие упражнения, эстафеты из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры. В содержание включаются подвижные игры: Полоса препятствий,эстафета «Передал — садись»,«Бой петухов» , «Перетягивание канатов» ,«Бег с кувырками»,«Спиной к финишу», «Борьба всадников».
4.	Спортивные игры	(17ч.)Бег в среднем темпе, эстафеты с мячом, самостоятельно играют в разученные игры с мячом. В содержание включаются такие подвижные игры: Эстафеты с ведением мяча, с передачей после ведения, змейкой и зигзагом,эстафета «Забрось мяч в кольцо» ,«Школа мяча» , «Перестрелка» , «Лапта», «Запятой последнего» , «10 передач» ,«Пять бросков»,«Эстафета футболистов», «Эстафета баскетболистов».
ИТОГО		(34ч.)

### Календарно-тематическое планирование

№п\п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов
<b>Спортивные игры</b>			<b>34</b>
<b>Введение</b>			<b>1</b>
1		Инструктаж по технике безопасности. Основы знаний подвижной и спортивной игр.	1
<b>Легкая атлетика</b>			<b>9</b>
2		Изучение выполнения низкого старта	1
3		Изучение выполнения высокого старта	1
4		Изучение техники передачи эстафеты	1
5		Обучение технике бега по виражу	1
6		Эстафеты в парах	1
7		Линейная эстафета	1
8		Встречная эстафета	1
9		Эстафеты в кругу	1
10		Эстафеты с гандикапом	
<b>Гимнастика с основами акробатики</b>			<b>7</b>
11		Эстафеты с подлезанием и перелезанием.	1
12		Полоса препятствий.	1
13		Гимнастические упражнения (опорный прыжок)	1
14		Гимнастические упражнения с предметами (скакалка , гимн. палка ,н/б мячи)	1
15		Акробатические упражнения (висы ,упоры , упр. на равновесие)	1
<b>Спортивные игры</b>			<b>17</b>
16		Эстафеты с ведением мяча, с передачей после ведения, змейкой и зигзагом.	1
17		Игры эстафета «Забрось мяч в кольцо» , «Школа мяча» , «Перестрелка»	1
18		Игра в бадминтон.(Подачи)	1
19		Игра в бадминтон .(Удары слева ,сверху и снизу)	1

20		Игра в бадминтон .(Двусторонняя игра)	1
21		Игра в бадминтон.(Двусторонняя игра)	1
22		Игра в волейбол (нападающий удар в тройках через сетку)	1
23		Игра в волейбол (прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером)	1
24		Игра в волейбол (одиночное блокирование)	1
25		Игра в волейбол (двусторонняя игра)	1
26		Игра в волейбол (двусторонняя игра)	1
27		Игра в баскетбол (зонная защита)	1
28		Игра в баскетбол ( защитные действия против игрока без мяча и с мячом)	1
29		Игра в баскетбол (комбинированная защита)	1
30		Игра в баскетбол (ведение мяча с сопротивлением)	1
31		Игра в баскетбол (бросок двумя руками от головы с места)	1
32		Игра в баскетбол ( учебная игра)	1
33		Игра в баскетбол (стритбол)	1
34		Игра в баскетбол ( двусторонняя игра)	1
		<b>Итого</b>	<b>34</b>

### **Информационно-методическое обеспечение**

- малые и большие мячи, скакалки, канат, скамейки гимнастические, обручи, гантели 1 кг, диски CD с фонограммами, музыкальный центр.

**Для учителя:**

1. Гришина Г.Н «Любимые детские игры» серия «Вместе с детьми», Москва, ООО «ТЦ Сфера», 1999 г.,-96 с., ISBN 5-89144-012-1;
2. Кенеман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» под ред. Т.И.Осокиной, Москва, Просвещение, 1989 г.- 239 с., ISBN 5-09-002913-X
3. Ковалёва Е.А. «Игры на свежем воздухе для детей и взрослых» серия «Азбука развития», Москва, ООО «ИД РИПОЛ классик», ISBN 978-5-7905-4426-2, ООО «. ДОМ. XXI век, 2007 г.,- 189 с., ISBN 978-5-91213-003-8;
4. Ковалько В. И. «Здоровье - берегающие технологии», Москва «Вако», 2004 г.
5. Колесникова С.В. «Детская аэробика: Методика, базовые комплексы». Ростов н/д.: Феникс, 2005.-157.: ил.- (Школа развития)
6. Осокина Т. И. «Детские подвижные игры народов», Москва «Просвещение», 1989 г.
7. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Начальная

- школа (сост.Е. С. Савинов). — М. : Просвещение, 2010. (Стандарты второго поколения).
8. Рабочие программы по физической культуре. 1-11 классы (по программам В.И. Ляха) 2007.-126с-(Образовательный стандарт).
  9. Степанова О.А «Игра и оздоровительная работа в школе», серия «Игровые технологии», Москва ООО «ТЦ Сфера» 2004 г., ISBN 5-89144-323-6,- 144 с.;
  10. Фролов В. Г. «Физкультурные занятия на воздухе с детьми» Москва «Просвещение», 1983 г.
  11. ФГОС 2 поколения
  12. Шевченко И. В. «Вместе весело играть», Ростов-на-Дону «Феникс», 2002 г.
- .

### **Интернет-ресурсы**

1. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. – Режим доступа : <http://standart.edu.ru/catalog.aspx?CatalogId=2588>
2. Григорьев, Д. В. Методический конструктор внеурочной деятельности школьников / Д. В. Григорьев, П. В. Степанов. – Режим доступа : <http://www.tiuu.ru/content/pages/228.htm>