

# ГБНОУ «СПб ГДТЮ» ЗЦ ДЮТ «Зеркальный» СОШ № 660

СОГЛАСОВАНО  
заместитель директора  
по УВР СОШ № 660



УТВЕРЖДАЮ  
заместитель директора по  
УР ЗЦ ДЮТ  
«Зеркальный»



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА По внеурочной деятельности «Спортивные игры»

Класс:5-9

Количество часов за год:34 ч.

Составил (а)  
Яковлев Андрей Сергеевич  
учитель физической культуры СОШ № 660

## **I. Целевой раздел:**

### **1.1 Базовые документы, на основе которых составлена программа.**

- Основная образовательная программа СОШ № 660,
- Федеральный государственный образовательный стандарт общего образования (соответствующей ступени образования);
- Примерной программы на основе авторской программы по физической культуре для 1-4 классов. Авторы: Матвеев А.П. - Москва, «Просвещение», 2019 г.
- СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях" (с изменениями на 24 ноября 2015 года);
- Постановление Главного санитарного врача РФ №16 от 30.06.2020 г. «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4 3598 -20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции»;

**1.2 Программа предназначена** для 1-4 класса основного состава обучающихся Средней общеобразовательной школы № 660.

Вид программы – общеобразовательная.

### **1.3 Место предмета в Учебном плане СОШ № 660.**

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю: 34 часа

### **1.4 Общая характеристика предмета, курса:**

Программа внеурочной деятельности по спортивно - оздоровительному направлению «Спортивные игры» в 5-9 классах подготовлена в соответствии с требованиями ФГОС ООО, концепцией физического воспитания, учебной программой и предназначена для физкультурно – спортивной и оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту.

**Цель** программы:

- создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

**Задачи:**

- укреплять здоровье учащихся, приобщать их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействовать гармоническому, физическому развитию;
- обучать жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитывать дисциплинированность, доброжелательное отношение к одноклассникам, формировать коммуникативные компетенции.

**Целью** реализации основной образовательной программы начального общего образования является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником начальной общеобразовательной школы целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка младшего школьного возраста, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

В соответствии с ФГОС на ступени начального общего образования решаются следующие **задачи:**

- становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся;
- формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе;
- духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
- укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

### **Межпредметные связи программы внеурочной деятельности**

Нельзя не использовать межпредметные связи в программе внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры», так как многие темы других предметов по своему содержанию достаточно тесно соприкасаются с темами данного курса.

**Связь с математикой.** С определёнными математическими понятиями на начальном этапе обучения учащиеся знакомятся при построении в одну шеренгу (это прямая), в колонну по два, по три- (параллельные прямые), в круг -(окружность) и т.д. Счет предметов, сравнение предметов, устные вычислительные приемы и т.д.

**Связь с окружающим миром.** Для характеристики того или иного периода школьникам напоминают исторические события этого периода, объясняют историческую обусловленность взглядов, идей. Важно познакомить учащихся с жизненными процессами организма не только в состоянии покоя, но и во время мышечной деятельности.

#### **Дистанционное обучение:**

Необходимость в дистанционной форме обучения для школьников возрастает в период эпидемий, погодных условий, когда нет возможности или опасно посещать школу.

Так же, дистанционная форма обучения предоставляет возможность учащимся ликвидировать пробелы в знаниях или наоборот углубить свои знания в интересующих их областях.

Реализуется на платформе автоматизированной информационной системе дистанционного обучения (<https://uchi.ru/>)

Ученики найдут на портале интерактивные курсы по всем основным предметам. Учителям будут полезны тематические вебинары по дистанционному обучению. Сервис позволяет работать над ошибками учеников, обеспечить каждому индивидуальный подход, а также показывает прогресс школьников в личном кабинете. Кроме того, в личных кабинетах есть специальный внутренний чат.;

Формы уроков: в режиме реального времени (онлайн уроки); в режиме отложенного времени (офф-лайн уроки); смешанный тип, включающий элементы и он-лайн, и офф-лайн уроков

Средства обучения: Интернет-технологии, видеоконференции, интерактивное телевидение, электронные, цифровые образовательные ресурсы;

Контроль знаний, умений, навыков с помощью дистанционных технологий:

#### **ЯКласс**

**Кому полезен:** учителям и ученикам начальных, средних и старших классов

**Что такое:** платформа, которая содержит большое количество интерактивных заданий по разным предметам для разных возрастов. Все они также представляют собой

перепечатанные тексты задач из учебников.

## **Учи.ру**

**Кому полезен:** учителям и ученикам начальных и средних классов

**Что такое:** "Учи.ру" появился во Всемирной сети сравнительно недавно - в 2015 году. Создатели платформы Иван Коломоец и Евгений Милютин.

Символом платформы стали динозаврики, которые сейчас можно увидеть в образовательном мультсериале "Заврики". Сам же сервис представляет собой место, где разрабатываются курсы и методики, позволяющие деткам подтянуть школьную программу.

### **Актуальность и практическая значимость:**

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от обучающихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

У многих учеников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

В связи с этим обязательная оздоровительная направленность коррекционно-развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации школьников к новому режиму. Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии и/или продолжают существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учеников, владеет рациональной технологией «встраивания» разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности обучающегося и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

### **Планируемые результаты:**

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 и метапредметные результаты.

*Личностные результаты* обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей; а *метапредметные* результаты – через универсальные учебные действия (далее УУД).

**Личностные результаты** отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:

- 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.

**Метапредметные результаты:**

- 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.

**Предметные результаты:** Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся **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;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся **смогут получить знания:**

- значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми;
- названия разучиваемых технических приёмов игр и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований по спортивным играм;
- жесты судьи спортивных игр;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами спортивных игр;

**могут научиться:**

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях спортивными играми;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях спортивными играми;
- играть в спортивные игры с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты судьи спортивных игр;
- проводить судейство спортивных игр.

**II. Содержательный раздел:**

## 1. Тематическое планирование.

Наименование разделов и тем	Количество часов
1. Баскетбол	17ч
2. Волейбол	17ч
Итого	34 ч

### III. Организационный раздел:

Учебно-методическое обеспечение реализации программы:

1. Зимин А.М. «Первые шаги в баскетболе. Учебное пособие для учащихся и учителей» М.: «Просвещение» 2010г.
2. Колос В.М. «Баскетбол: теория и практика» Минск 1989г.
3. Матвеев А.П. «Оценка качества подготовки учеников основной школы по физической культуре М. «Дрофа» 2011 год.
4. 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).
5. Волейбол: Примерная программа спортивной подготовки для в детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный) [Текст].- М.: Советский спорт. 2005.-112с.
6. Примерные программы по учебным предметам. П76 Физическая культура. 5-9 классы: проект.- 3-е изд.- М.: Просвещение, 2014.-61с.- (Стандарты второго поколения).
7. Справочник учителя физической культуры/авт.-сост. П.А. Киселев, С.Б. Кисилева.- Волгоград: Учитель, 2011.- 251с.

### Платформа дистанционного обучения:

Платформа автоматизированной информационной системы дистанционного обучения (<https://uchi.ru/>)