



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Целинная средняя школа № 14

Согласовано:
Зам. директора по УВР
 /Курбатова Н.В./
«30» августа 2018г.



Утверждаю:
Директор МБОУ Целинной СШ № 14
 /Синяк О.В./
Приказ от «31» августа 2018г №131

**Рабочая программа внеурочной деятельности
«Подвижные игры»
спортивно-оздоровительное направление
на 2018-2019 учебный год
7-8 класс**

Составитель: Морозов А.А
учитель физической культуры и ОБЖ

Программа рассмотрена на педагогическом совете
Протокол № 12 от «29» августа 2018 г.

с. Целинное
2018г

Оглавление

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности
2. Содержание курса внеурочной деятельности
3. Тематическое планирование.....

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- положительное отношение школьников к занятиям двигательной деятельностью, накопление необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

В области познавательной культуры: - владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности.

- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о способах профилактики заболеваний средствами физической культуры.

В области нравственной культуры:

- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;

В области трудовой культуры:

- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям;

- соблюдать технику безопасности на уроке, в школе, вне школы.

В области эстетики:

- красивая и правильная осанка, умение ее длительно сохранять при разных формах движений и передвижений;

- хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой.

В области коммуникативной культуры:

- анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;

- находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

В области физической культуры:

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, а различных изменяющихся внешних условий;

- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;

- умение максимально проявлять физические качества при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

Метапредметные результаты:

В области познавательной культуры:

- понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактика вредных привычек и отклоняющегося поведения;

- понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека.

В области нравственной культуры:

- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;

- уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
- ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

В области трудовой культуры:

- добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий.

В области эстетической культуры:

- восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.

В области коммуникативной культуры:

- владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме;
- владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника.

В области физической культуры:

- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

Предметные результаты:

В области познавательной культуры:

- знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

В области нравственной культуры:

- умение оказывать помощь товарищу при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;
- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

В области трудовой культуры:

- способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме;
- обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды.

В области эстетической культуры:

- способности вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

В области коммуникативной культуры:

- способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, грамотно пользоваться понятийным аппаратом;

В области физической культуры:

- способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

Программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» (мини – футбол) направлена на содействие улучшению здоровья учащихся и на этой основе обеспечения нормального физического развития растущего организма и разностороннюю физическую подготовленность. Приобретение учащимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений, закалывающих средств и гигиенических требований с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни. Программа

призвана подготовить детей к сдаче учебных нормативов по физической и технической подготовке в соответствии с их возрастом, сообщить элементарные теоретические сведения.

Программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» направлена на достижение:

первого уровня результатов (приобретение социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни):

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

2 уровня (формирование позитивного отношения к базовым ценностям общества и к социальной реальности в целом):

- Характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- Общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- Организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- Планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

3 уровня (приобретение опыта самостоятельного социального действия):

- 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 инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- В доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- 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.

Текущий педагогический контроль результатов внеурочной деятельности осуществляется после каждого раздела в форме спортивных соревнований школьного и муниципального уровней, оказании посильной помощи педагогам в проведении спортивных мероприятий на уровне школы. Внеурочная деятельность будет осуществляться в каникулярное время.

Содержание курса внеурочной деятельности

| Название раздела | Тема | Форма организации занятий | Виды деятельности |
|---|--|-----------------------------|---|
| Техническая подготовка (3 часа) | Введение. Инструктажи по безопасности | Беседа. Игра | <p>Регулятивные УУД: владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание; Работать по плану.</p> <p>Познавательные УУД: Анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления. Выявлять причины и следствия простых явлений.</p> <p>Коммуникативные УУД: Учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.)</p> <p>Регулятивные УУД: Работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.</p> <p>Познавательные УУД: Создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта.</p> <p>Коммуникативные УУД: Самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.)</p> <p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мотивация к обучению • Терпение • Воля • Стремление к достижению цели |
| | Ведение мяча с быстрым изменением движения | Тренировочное занятие. Игра | |
| | Передача мяча в движении | Тренировочное занятие. Игра | |
| Тактическая подготовка (5 часов) | Обманные движения на скорости | Тренировочное занятие. Игра | |
| | Ведение мяча с уходом от преследования | Тренировочное занятие. Игра | |
| | Ведение мяча внутренней и внешней стороной стопы | Тренировочное занятие. Игра | |
| | Обыгрыш один на один | Тренировочное занятие. Игра | |
| | Обыгрыш быстро сближающегося защитника | Тренировочное занятие. Игра | |
| Общая физическая подготовка (6 часов) | Физподготовка. Обучение техники ударов по мячу. | Тренировочное занятие. Игра | |
| | Физподготовка. Удары по неподвижному и катящемуся мячу. Учебная игра. | Тренировочное занятие. Игра | |
| | Физподготовка. Удары по неподвижному и катящемуся мячу. Учебная игра | Тренировочное занятие. Игра | |
| | Физподготовка. Остановка катящегося мяча. Учебная игра | Тренировочное занятие. Игра | |
| | Физподготовка. Рывки по диагонали 3 раза, «контроль мяча». Учебная игра. | Тренировочное занятие. Игра | |
| | Физподготовка. Челночный бег+ удары по воротам. Футбол. | Тренировочное занятие. Игра | |
| | Игра головой в прыжке с разбега | Тренировочное занятие. Игра | |
| Специальная физическая подготовка (8 часов) | Удар по воротам после передачи с фланга | Тренировочное занятие. Игра | |
| | Удар по воротам головой после фланговой передачи | Тренировочное занятие. Игра | |
| | Поперечные передачи и завершение атаки в движении | Тренировочное занятие. Игра | |
| | Финт «ложный замах на удар». | Тренировочное занятие. Игра | |
| | | | |

| | | | |
|---|---|------------------------------|--|
| | Финт «ложная остановка». | Тренировочное занятие. Игра | <p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Планирование • Самооценка • Взаимооценка <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Выбор эффективной техники • Рефлексия • Решение проблем собственным путем <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Сотрудничество • Разрешение конфликтов <p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Способность контролировать мяч • Умение наносить удары по мячу различными способами <p>Способность противодействовать сопернику</p> |
| | Финт «пробрось мяч». | Тренировочное занятие. Игра | |
| | Финт «уход с мячом». | Тренировочное занятие. Игра | |
| Игровая подготовка (8 часов) | Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка и прием мяча. | Тренировочное занятие. Игра | |
| | Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу. | Тренировочное занятие. Игра | |
| | Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой. | Тренировочное занятие. Игра | |
| | Обучение ударам по неподвижному мячу, чеканка мяча. | Тренировочное занятие. Игра | |
| | Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов. | Тренировочное занятие. Игра | |
| | Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра. | Учебная игра | |
| | Общеразвивающие упражнения с набивным мячом, игра в гандбол. | Учебная игра | |
| | Общеразвивающие упражнения в парах, подтягивания. | Тренировочное занятие. Игра | |
| Инструкторская и судейская практика (1 час) | Правила судейства. Товарищеская игра. | Тренировочное занятие. Игра | |
| Соревнования (2 часа) | Товарищеская игра. | Товарищеская игра. | |
| | Товарищеская игра. | Товарищеская игра. | |
| Итоговое занятие (1 час) | Товарищеская игра. | Сдача контрольных нормативов | |
| Итого 34 часа | | | |

Тематическое планирование

| № п/п | Тема | Кол-во час. |
|------------------|-------------------------------------|------------------------|
| 1 | Техническая подготовка | 3 |
| 2 | Тактическая подготовка | 5 |
| 9 | Общая физическая подготовка | 6 |
| 10 | Специальная физическая подготовка | 8 |
| 16 | Игровая подготовка | 8 |
| 31 | Инструкторская и судейская практика | 1 |
| 32 | Соревнования | 2 |
| 34 | Итоговое занятие | 1 |