

Приложение к ООП ООО МБОУ «Гимназия №73»,
утвержденной приказом № ____ от _____

Рекомендовано
педагогическим советом
Протокол № 1
от « 30 » августа 2019 г.

Обсуждено и рассмотрено на
методическом объединении
классных руководителей
Протокол № 1
от « 29 » августа 2019 г.

Рабочая программа курса
« Спортивные игры » внеурочной деятельности
для 7 класса
на 2019-2020 учебный год

Составитель:
учитель физической культуры
Адамова Н.А.

Новокузнецк, 2019

Пояснительная записка

В соответствии с 18.2.2 ФГОС ООО рабочая программа курса «Спортивные игры» внеурочной деятельности уровня ООО разработана на основе планируемых результатов освоения ООП ООО МБОУ «Гимназия №73», с учётом программ, входящих в её структуру. Актуальность создания программы курса «Спортивные игры» внеурочной деятельности - целенаправленное повышение уровня нравственности обучающихся.

Цель программы – воспитание высоконравственных граждан общества.

Для реализации этой цели представляются актуальными задачи:

Задачи:

- формирование знаний о физкультурной деятельности, отражающих её культурно-исторические, психолого-педагогические и медико-биологические основы;
- формирование знаний о терминологии, средствах и методах физической культуры;
- формирование жизненно важных двигательных навыков и умений, их вариативное использование во внеурочной деятельности и в процессе самостоятельных занятий;
- расширение двигательного опыта посредством усложнения ранее освоенных двигательных действий и овладения новыми двигательными действиями с повышенной координационной сложностью;
- расширение функциональных возможностей разных систем организма, повышение его адаптивных свойств за счёт направленного развития социально значимых качеств личности, основных физических качеств и способностей;
- формирование навыков и умений, необходимых для выполнения физических упражнений, связанных с укреплением здоровья, коррекцией телосложения, правильной осанкой и культурой движения;
- формирование умений выбирать средства физической культуры в соответствии с различными целями, задачами и условиями, пользоваться этими умениями и навыками для составления комплексов физических упражнений, для организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями в оздоровительных целях, при планировании и контроле физических нагрузок, для профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи;
- формирование позитивного отношения к занятиям физической культурой и спортом, достижение осознания красоты и эстетической ценности физической культуры;
- воспитание положительных черт характера и поведения в процессе занятий физическими упражнениями и соревновательной деятельности.
- познакомить детей с разнообразием спортивных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

Программа курса «Спортивные игры» внеурочной деятельности относится к спортивно-оздоровительному направлению развития личности. Программа курса « Спортивные

игры» внеурочной деятельности реализуется через форму организации клуб, рассчитана на 1 час в неделю и за учебный год и составляет 34 часа.

2. Личностные и метапредметные результаты освоения курса «Спортивные игры» внеурочной деятельности

Личностные:

- 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.

Метапредметные:

Регулятивные УУД:

- 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;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её 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;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами.

Познавательные УУД:

- узнавать об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний, травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;
- овладевать знаниями по организации и проведению занятий физическими упражнениями оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания индивидуальных занятий в соответствии с задачами улучшения физического развития и физической подготовленности;
- содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

Коммуникативные УУД:

- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- осуществлять поиск информации по вопросам современных оздоровительных систем (в справочных источниках, учебнике, в сети Интернет и др.), а также обобщать, анализировать и применять полученные знания в самостоятельных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- формулировать цель и задачи индивидуальных и совместных с другими детьми и подростками занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;

- оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы взаимодействия с партнёрами во время учебной, игровой и соревновательной деятельности.

3. Содержание курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» с указанием форм организации занятий, основных видов деятельности

При реализации курса «Спортивные игры» наиболее предпочтительны следующие формы занятий:

- занятие – соревнование;
- занятие – праздник;
- занятие- экскурсия;
- занятие – коммуникация.

Содержание программного материала

Основы знаний о физической культуре (3 ч)

Знакомство с программой занятий. Основы знаний о спортивных играх: понятия правил игры, выработка правил игры. Т/б при занятиях в/б, ф/б, в/б. Влияние возрастных особенностей организма на физическое развитие, физическую подготовленность.

«Роль опорно-двигательного аппарата в выполнении ф/ упражнений». Психические процессы в обучении двигательным действиям. Правила предупреждения травматизма во время занятий: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Экскурсии (3 ч)

Посещение спортивного музея хоккейного клуба «Металлург»

Соревновательная деятельность (4 ч)

Товарищеские игры (соревнования) осуществляются на внутригимназическом, районном, городском уровнях, где занимающиеся соревнуются с другими командами.

Соревнования по б/б, ф/б, в/б, стритболу.

Физическое совершенствование (22 ч.)

Спортивные игры

Баскетбол

Стойки, перемещения игрока. Остановка прыжком.

Остановка двумя шагами. Ловля и передачи двумя от груди на месте. Вырывание, выбивание.

Нападение быстрым прорывом (1:0) Броски.

Закрепление ловли и передачи одной от плеча на месте. Броски мяча.

Ловля и передачи одной от плеча. Позиционное нападение(5:0)

Ловля и передачи в движении. Вырывание, выбивание мяча.

Ловля и передачи в движении в тройках. Взаимодействие 3-х игроков «восьмёрка»

Комбинации изученных элементов баскетбола.

Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Игра по правилам мини-баскетбола.

Волейбол.

Стойки, перемещения игрока. Правила в/б.

Перемещения в стойке, остановки, ускорения. Передачи сверху двумя на месте.

Нападающий удар. Правила в/б. Игра в п/б.

Подача мяча. Челночный бег 4X9м.

Передачи после перемещения вперёд. Бросок набивного мяча 1 кг.

Нижняя прямая подача.

Футбол

Правила ф/б. Стойки игрока. Перемещения.

Перемещения игрока. Ведение по прямой правой, левой.

Старты из различных и.п. Ведение с изменением направления. Отбор мяча.

Ведение с изменением скорости. Удары по воротам

Ведение. Передачи в движении. Игра.

Удары по воротам. Отбор мяча.

Подготовка к выполнению нормативов ВФСК ГТО (2)

4. Тематическое планирование.

Разделы программы	Кол-во часов рабочей программы
Всего:	34
	32
Основы знаний о физической культуре	3
Экскурсии	3
Физическое совершенствование	22
- баскетбол - волейбол - футбол	
Соревновательная деятельность	4
Подготовка к выполнению нормативов ВФСК ГТО.	2