

Российская Федерация
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ АДМИНИСТРАЦИИ
ГОРОДСКОГО ОКРУГА «ГОРОД КАЛИНИНГРАД»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА
КАЛИНИНГРАДА
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА № 21 им. А.А. ЛЕОНОВА

«Утверждаю»
Директор МАОУ СОШ № 21
_____/В.В. Минченко/
Приказ № ____ от _____

ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Спортивные игры»
ДЛЯ 5 КЛАССОВ

Документ подписан электронной подписью
Минченко Валентина Валентиновна
директор
145A1B8803B9D77781C14BD2F80F728F
Срок действия с 22.09.2022 до 16.12.2023

Оглавление

1. Пояснительная записка
2. Общая характеристика учебного курса
3. Формы работы внеурочной деятельности.....
4. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного курса
5. Содержание учебного курса
6. Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы
7. Календарно- тематическое планирование 10-12

1. Пояснительная записка.

Программа внеурочной деятельности по физической культуре для обучающихся в 5 классе составлена на основе следующих документов и материалов:

1. Закона Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
2. Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 16.11.2022 № 993 "Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования";
3. Санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях, утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее - СанПиН 2.4.3648-20);
4. Санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 (далее - СанПиН 1.2.3685-21);
5. Приказом Минпросвещения России от 22.03.2021 №115 «Об утверждении порядка Организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
6. Методическими рекомендациями по организации внеурочной деятельности - Методические рекомендации по организации внеурочной деятельности (edsoo.ru)
- 7. Письмом Минпросвещения России от 17.06.2022 г. № 03-871 «Об организации занятий «Разговоры о важном»;
8. Методическими рекомендациями по формированию функциональной грамотности обучающихся - <http://skiv.instrao.ru/bank-zadaniy/>;
9. Уставом МАОУ СОШ № 21;
10. Основной образовательной программы основного общего образования МАОУ СОШ №21.

2. Общая характеристика учебного курса

С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми.

Наиболее интересной и физически разносторонней является спортивная игра БАСКЕТБОЛ, в которой развиваются все необходимые для здорового образа жизни качества (выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.), а также формируются личные качества ребенка (общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде).

Спортивная Игра БАСКЕТБОЛ способствует профилактике асоциального поведения, творческой самореализации личности ребенка, укреплению психического и физического здоровья детей. Баскетбол позволяет решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждение интереса к определенному виду спорта.

Программа «Спортивные игры» направлена на обучение элементам игры БАСКЕТБОЛ, отработку основным элементам игры, развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья.

Практика показывает эффективность ранней подготовки учащихся для формирования полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах

За основу взята образовательная программа «Баскетбол: теория и практика. Программа спортивной подготовки для ДЮСШ» 2003 года, автор - В.М.Колос. Данная образовательная программа имеет физкультурно-спортивную направленность, по уровню освоения является углублённой и создает все условия для приобщения детей к большому спорту.

Новизна и оригинальность программы «Спортивные игры» в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться баскетболом с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «баскетбол» в школе, а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

Цель курса:

Создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование навыков здорового образа жизни, воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего города, своей страны.

Для достижения поставленных целей в процессе обучения решаются следующие **задачи обучения:**

1. Образовательные:

- Познакомить учащихся с интереснейшим видом спорта БАСКЕТБОЛОМ, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;
- Углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры;

2. Развивающие:

- Укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
- Способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закалять организм;
- Целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка.
- Расширение спортивного кругозора детей.

3. Воспитательные:

- Формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- Прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- Пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

Условия набора:

Программа предназначена для детей 11-12 лет.

В коллектив принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

3. Формы работы внеурочной деятельности

Формы организации обучения: командная, малыми группами, индивидуальная.

Формы проведения занятий: Тренировочные занятия, беседы, тестирования, спортивные конкурсы, праздники, просмотры соревнований.

4. Содержание учебного курса

Программа описывает познавательную внеурочную деятельность в рамках основной образовательной программы школы. Программа рассчитана на 34 часа. Занятия проводятся один раз в неделю. Программа рассчитана на обучающихся 5 классов.

Планируемые результаты освоения учащимися программы внеурочной деятельности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у учащихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- личностные результаты — готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;

- метапредметные результаты — освоенные учащимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

- предметные результаты — освоенный учащимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению “Спортивные игры” является формирование следующих умений:

- определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);

- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению “Баскетбол” - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. Регулятивные УУД.

- Определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно.

- Проговаривать последовательность действий.

- Учить высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, учить работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность.

- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

- Учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.

- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

2. Познавательные УУД.

- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.

- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды.
 - Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.
3. Коммуникативные УУД.
- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других.
 - Совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им.
 - Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
 - Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.
- Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:
- осознание учащимися 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 учащихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
 - социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

5. Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

Учебно-тематический план

№	Разделы, темы	Рабочая программа		
		всего	теория	практика
1.	Развитие баскетбола в России	0.5	0.5	-
2.	Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях	0.5	0.5	-
3.	Общая и специальная физическая подготовка	17	-	17
4.	Основы техники и тактики игры	14	1	13
5.	Контрольные игры и соревнования	1	-	1
6.	Тестирование	1	-	1
Итого:		34	2	32

Рекомендуемые цифровые ресурсы для организации обучения с использованием дистанционных образовательных технологий

1. Единая Коллекция цифровых образовательных ресурсов для учреждений общего и начального профессионального образования. [http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject\[\]=38](http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38)
2. Сетевые образовательные сообщества «Открытый класс». Предмет «Физическая культура». <http://www.openclass.ru/sub/%D0%A4%D0%B8%D0%B7%D0%B8%D>

1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F%20%D0%BA%D1%83%D

0%BB%D1%8C%D1%82%D1%83%D1%80%D0%B0

3. Сайт "Я иду на урок физкультуры" <http://spo.1september.ru/urok/>

4. Сайт «ФизкультУра» <http://www.fizkult-ura.ru>

Список литературы

1. «Баскетбол: теория и методика обучения :учебное пособие/Д.И.Нестеровский, М.,ИЦ «Академия,2007»
2. «Баскетбол. Поурочная учебная программа для детско-юношеских спортивных школ Ю.Д.Железняк, И.А.Водяникова, В.Б.Гаптов, Москва,1984
3. «Физическая культура» Л.Е.Любомирский, Г.Б.Мейксон,В.И.Лях-М.:Просвещение,2001
4. «Физическая культура»,В.П.Богословский, Ю.Д.Железняк, Н.П. Клусов-М.:Просвещение,1998.
5. «Физическое воспитание учащихся 5-7 классов: Пособие для учителя/В.И.Лях,Г.Б.Мейксон,Ю.А.Копылов.-М.:Просвещение,1997,
6. Настольная книга учителя физической культуры» Г.И.Погадаев ФиС,2000
7. «Теория и методика физической культуры Спб .издательство «Лань»,2003»
8. «Физическая культура »Н.В.Решетников, Ю.Л.Кислицын, Р.Л.Палтикевич, Г.И.Погадаев ИЦ «Академия»,2008
9. «Общая педагогика физической культуры и спорта » -М.:ИД «Форум» ,2007
10. «Внеурочная деятельность учащихся: Баскетбол (ФГОС)», авторы В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. Просвещение, 2013г.

Календарно – тематическое планирование 5 класс.

№	Тема занятия	Дата	Кол-во часов	Универсальные учебные действия (УУД)
1	ТБ и ПП на занятиях баскетболом. Разучивание стойка игрока (исходные положения). Развитие баскетбола в России. Стойка игрока.		1	<p>Познавательные – использовать приобретенные знания, необходимые для занятий физической культурой и спортом; знание основ личной и общественной гигиены; владение знаниями о правилах регулирования физической нагрузки в условиях проведения утренней зарядки, регулярных занятий спортом.</p> <p>Приобрести новые знания, умения, совершенствовать имеющиеся. Умение осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению.</p> <p>Уметь видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.</p> <p>Систематические занятия физической культурой для улучшения здоровья, повышения уровня физической подготовленности и профилактики заболеваний; развитие интереса и привычки к</p>
2	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.		1	
3	ОФП. Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях		1	
4	ОФП. Передачи мяча на месте		1	
5	Сочетание перемещений и передач мяча (бег, остановки, повороты, прыжки вверх, передачи)		1	
6	Передачи мяча на месте и в движении.		1	
7	Разучивание передач в движении в парах.		1	
8	ОФП. Передачи мяча в тройках.		1	
9	Передачи мяча в тройках по «восьмерки»		1	
10	ОФП. Тест на освоение техники передач мяча.		1	
11	Ведение мяча, остановка прыжком на две ноги, бросок мяча в кольцо от щита.		1	
12	ОФП, Ведение мяча, два шага, бросок мяча в кольцо.		1	
13	Ведение мяча с броском в кольцо с право, с лево и по центру на кольцо.		1	
14	ОФП и СФП. Игровое занятие.		1	
15	Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении		1	
16	ОФП. Тест на освоение техники ведения мяча.		1	
17	Броски мяча одной рукой от плеча с места		1	
18	ОФП и СФП. Игровое занятие		1	

19	Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении с сопротивлением		1	<p>систематическим занятиям физической культурой и спортом.</p> <p>Коммуникативные - умение анализировать и оценивать деятельность друзей, одноклассников; умение давать методические рекомендации для самостоятельных занятий, опираясь на современные физкультурно-оздоровительные технологии.</p> <p>Умение вести дискуссию по проблемам развития спорта и занятий физической культурой; выработка собственной позиции по данным вопросам</p> <p>Регулятивные - умение использовать средства физической культуры для подготовки к профессиональной деятельности; владение современными требованиями к научной организации труда и отдыха.</p> <p>Личностные - владение приемами личностного самовыражения и саморазвития; умение контролировать</p>
20	Бросок мяча после ловли и ведения с сопротивлением		1	
21	ОФП и СФП. Персональная опека игрока		1	
22	ОФП. Индивидуальные действия в нападении со сменой ритма движения.		1	
23	ОФП. Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину.		1	
24	ОФП. Тест на освоение техники бросков мяча.			
25	Индивидуальные действия в нападении с постановкой заслонов.		1	
26	ОФП. Индивидуальные действия в нападении.		1	
27	Индивидуальные действия в нападении в игре.		1	
28	ОФП и СФП . Индивидуальные действия в защите со сменой ритма движения.		1	
29	ОФП. Индивидуальные действия в защите против заслонов.		1	
30	ОФП и СФП . Индивидуальные действия в защите.		1	
31	ОФП. Броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции.		1	
32	Броски мяча в корзину с двух шагов провой и левой рукой.		1	
33	Броски мяча в корзину со средней дистанции. Штрафной бросок.		1	
34	Учебная игра.		1	

				правильность выполнение упражнения и дозировку нагрузки. Уметь на практике применить полученные знания и умения.
--	--	--	--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------