

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Кузбасса

Управление образования администрации г. Кемерово

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 65»

Обсуждено на заседании методического  
объединения  
Протокол № 1 от 30.08.2022 г.

Утверждено Педагогическим советом  
Протокол № 1 от 30.08.2022 г.  
Директор школы Л.А.Пятибратова

**Рабочая программа**

курса внеурочной деятельности  
**«Подвижные игры »**

(основное общее образование)  
для 5-9 классов и

Составитель:  
Самойлова И.А.  
Перзин И.В.  
Зрубина Т.С.  
учителя физкультуры  
МБОУ «СОШ № 65»

г. Кемерово, 2023г.

## **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА**

### **курса внеурочной деятельности «Подвижные игры 5-9 класс»**

При создании рабочей программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации. В рабочей программе нашли свои отражения объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития российского общества, условия деятельности образовательных организаций, возросшие требования родителей, учителей и методистов к совершенствованию содержания школьного образования, внедрению новых методик и технологий в учебно-воспитательный процесс.

### **ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ**

#### **курса внеурочной деятельности « Подвижные игры 5-9 класс»**

Общей целью школьного образования по физической культуре является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В рабочей программе данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.

Развивающая направленность рабочей программы определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение школьниками знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно- ориентированной физической культурой, возможностью познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение рабочей программы заключается в содействии активной социализации школьников на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию. В число практических результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями физической культуры, организации совместной учебной и консультативной деятельности.

Содержание рабочей программы, раскрытие личностных и метапредметных результатов обеспечивает преемственность и перспективность в освоении областей знаний, которые отражают ведущие идеи учебных предметов основной школы и подчёркивают её значение для формирования готовности учащихся к дальнейшему образованию в системе среднего полного или среднего профессионального образования.

#### **Место курса внеурочной деятельности « Подвижные игры» в учебном плане**

Общий объём часов, отведённых на изучение курса внеурочной деятельности

«Подвижные игры » в основной школе составляет 170 часов (один час в неделю в каждом классе).

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **Личностные результаты:**

1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;

5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

9) формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;

10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

### **Метапредметные результаты:**

1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

3) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;

5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

б) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

8) смысловое чтение;

9) умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;

10) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;

11) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее - ИКТ компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;

12) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

#### **Предметные результаты:**

1) понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

2) овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;

3) приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при легких травмах; умение анализировать возможные последствия различных повреждений и травм; отработка приемов оказания первой доврачебной помощи; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;

4) расширение опыта организации и мониторинга физического развития и

физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность её воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;

5) формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

## Тематическое планирование 5 класс (34часа)

№ урока	Тема урока	Количество часов
1	Техника безопасности во время игры.	1
2	Баскетбол, правила игры.	1
3	Ведение мяча с изменением скорости.	1
4	Ведение мяча с изменением направления.	1
5	Ведение мяча с поворотом спиной к защитнику.	1
6	Штрафной бросок.	1
7	Штрафной бросок.	1
8	Передача мяча двумя руками сверху.	1
9	Передачи мяча двумя руками от груди.	1
10	Передача мяча в парах в движении.	1
11	Ведение два шага, бросок мяча в кольцо.	1
12	Техника защитных действий.	1
13	Передача в парах в движении с броском в кольцо.	1
14	Техника безопасности во время игры.	1
15	История развития волейбола в России.	1
16	Передача двумя руками.	1
17	Техника перемещения по площадке.	1
18	Передача мяча двумя руками в прыжке.	1
19	Передача сверху за голову в опорном прыжке.	1
20	Тактические и технические действия	1
21	Действия игроков в защите.	1
22	Прямой нападающий удар.	1
23	Тактические и технические действия игроков.	1
24	Блокирование игрока.	1
25	Передача мяча сверху двумя руками.	1
26	Групповое блокирование.	1
27	Нижняя прямая подача.	1
28	Тактические и технические действия игроков.	1
29	Нижняя прямая и верхняя подача мяча.	1
30	Бег 30м, 60м.	1
31	Эстафета по кругу. Эстафеты в движении.	1
32	Бег 100м, 200м.	1
33	Бег с изменением направления.	1
34	Эстафета с элементами баскетбола и волейбола.	1
Итого: 34 ЧАСА		

**Тематическое планирование 6 класс ( 34 часа)**

№ урока	Тема урока	Количество часов
1	Техника безопасности в спортивном зале.	1
2	История развития и становления баскетбола в России.	1
3	Техника перемещения.	1
4	Техника ведения мяча.	1
5	Техника штрафного броска.	1
6	Техника броска.	1
7	Передача мяча двумя руками сверху.	1
8	Техника передачи мяча.	1
9	Техника ловли и передачи мяча.	1
10	Блокирование мяча.	1
11	Техника ведения мяча, техника броска мяча в кольцо.	1
12	Техника безопасности во время игры.	1
13	История развития и становления волейбола в России и в мире.	1
14	Передача двумя руками сверху.	1
15	Техника перемещения по площадке.	1
16	Передача мяча двумя руками в прыжке.	1
17	Передача сверху за голову в опорном прыжке.	1
18	Тактические и технические действия.	1
19	Действия игроков в защите.	1
20	Прямой нападающий удар	1
21	Тактические и технические действия игроков.	1
22	Блокирование игрока.	1
23	Передача мяча сверху двумя руками.	1
24	Групповое блокирование	1
25	Верхняя прямая подача.	1
26	Тактические и технические действия игроков.	1
27	Нижняя прямая подача.	1
28	Бег 30м	1
29	Эстафета по кругу.	1
30	Бег 100м	1
31	Эстафеты в движении.	1
32	Бег с изменением направления.	1
33	Эстафета с элементами баскетбола и волейбола.	1
34	Игра в волейбол.	1
Итого: 34 ЧАСА		

### Тематическое планирование 7 класс (34часа)

№ урока	Тема урока	Количество часов
1	Техника безопасности в спортивном зале.	1
2	История развития и становления баскетбола в России.	1
3	Техника перемещения.	1
4	Техника ведения мяча.	1
5	Техника ведения мяча	1
6	Техника штрафного броска.	1
7	Техника броска.	1
8	Передача мяча двумя руками сверху.	1
9	Техника передачи мяча.	1
10	Техника ловли и передачи мяча.	1
11	Блокирование мяча.	1
12	Техника ведения мяча, техника броска мяча в кольцо.	1
13	Техника безопасности во время игры.	1
14	История развития и становления волейбола в России и в мире.	1
15	Передача двумя руками сверху.	1
16	Техника перемещения по площадке.	1
17	Передача мяча двумя руками в прыжке.	1
18	Передача сверху за голову в опорном прыжке.	1
19	Тактические и технические действия.	1
20	Действия игроков в защите.	1
21	Прямой нападающий удар	1
22	Тактические и технические действия игроков.	1
23	Блокирование игрока.	1
24	Передача мяча сверху двумя руками.	1
25	Групповое блокирование	1
26	Верхняя прямая подача.	1
27	Тактические и технические действия игроков.	1
28	Нижняя прямая подача.	1
29	Бег 60м, 100м.	1
30	Эстафета по кругу.	1
31	Бег 1000м, 2000м.	1
32	Эстафеты в движении.	1
33	Бег с изменением направления.	1
34	Эстафета с элементами баскетбола и волейбола. Игра в волейбол.	1
Итого: 34 ЧАСА		



**Тематическое планирование (8 класс. 34 часа)**

№ урока	Тема урока	Количество часов
1	Техника безопасности в спортивном зале.	1
2	Основные понятия. Физическая культура человека.	1
3	Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой.	1
4	Перемещение в стойке вперед, в стороны, назад.	1
5	Ведение мяча.	1
6	Штрафной бросок.	1
7	Броски мяча с игровых точек.	1
8	Ведение мяча с изменением направления движения и скорости.	1
9	Техника вырывания, выбивания, перехват мяча.	1
10	Передача мяча в парах в движении.	1
11	Взаимодействие двух (трёх) игроков в нападении и защите (тройка и малая, через «заслон», восьмёрка).	1
12	Ведение два шага, бросок мяча в кольцо.	1
13	Нападение быстрым прорывом.	1
14	Передача в парах в движении с броском в кольцо.	1
15	Техника безопасности.	1
16	История развития волейбола	1
17	Техника приема мяча сверху и снизу.	1
18	Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.	1
19	Передача мяча над собой, во встречных колоннах.	1
20	Отбивание мяча кулаком через сетку.	1
21	Тактические и технические действия.	1
22	Действия игроков в защите.	1
23	Тактические действия игроков в нападении.	1
24	Технические действия игроков в защите.	1
25	Блокирование игрока.	1
26	Приём подачи. Групповое.	1
27	Прямой нападающий удар.	1
28	Тактические и технические действия игроков.	1
29	Техника безопасности на занятиях футболом.	1
30	Быстрый прорыв, расстановка игроков, позиционное нападение и защита.	1
31	Правила и организация избранной игры.	1
32	Удар по летящему мячу серединой лба.	1
33	Поведение игроков в нападении и защите.	1
34	Игра в футбол.	1
Итого: 34 ЧАСОВ		

**Тематическое планирование  
(9 класс). 34 часа.**

№ урока	Тема урока	Количество часов
1	Техника безопасности в спортивном зале.	1
2	Основные понятия. Физическая культура человека.	1
3	Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой.	1
4	Перемещение в стойке вперед, в стороны, назад.	1
5	Ведение мяча.	1
6	Штрафной бросок.	1
7	Броски мяча с игровых точек.	1
8	Ведение мяча с изменением направления движения и скорости.	1
9	Техника вырывания, выбивания, перехват мяча.	1
10	Передача мяча в парах в движении.	1
11	Взаимодействие двух (трёх) игроков в нападении и защите (тройка и малая, через «заслон», восьмёрка).	1
12	Ведение два шага, бросок мяча в кольцо.	1
13	Нападение быстрым прорывом.	1
14	Передача в парах в движении с броском в кольцо.	1
15	Техника безопасности.	1
16	История развития волейбола	1
17	Техника приема мяча сверху и снизу.	1
18	Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.	1
19	Передача мяча над собой, во встречных колоннах.	1
20	Отбивание мяча кулаком через сетку.	1
21	Тактические и технические действия.	1
22	Действия игроков в защите.	1
23	Тактические действия игроков в нападении.	1
24	Технические действия игроков в защите.	1
25	Блокирование игрока.	1
26	Приём подачи.	1
27	Групповое	1
28	Прямой нападающий удар.	1
29	Тактические и технические действия игроков.	1
30	Техника безопасности на занятиях футболом.	1
31	Быстрый прорыв, расстановка игроков, позиционное нападение и защита.	1
32	Правила и организация избранной игры.	1
33	Удар по летящему мячу серединой лба.	1
34	Поведение игроков в нападении и защите.	1
Итого: 34 ЧАСОВ		