

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
городского округа Тольятти  
«Школа с углубленным изучением отдельных предметов № 45»**

Утверждено

Директор МБУ «Школа № 45» Е.Н.Ошкина

(Приказ от 01.09. 2022 г. №151/10-ОД)

Принято

Протокол педагогического совета

№ 12 от 31.08.2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**«Мир спортивных игр»**

5-6 классы

Составитель:  
учитель физической культуры  
Дорофеева Яна Андреевна

2022

Программа разработана на основе следующих документов:

- Федеральный закон «Об образовании в РФ» №273-ФЗ от 29.12.12г.;
- Приказ Минобрнауки России от 17.12.2010 г. №1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (в редакции от 29.12.2014 №1644);
- СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (утвержден постановлением Главного государственного санитарного врача РФ 29.12.2010г. №189 (в редакции от 25.12.2013));
- Письмо Минобрнауки России от 12.05.2011 № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
- Рабочая программа внеурочной деятельности «Мир спортивных игр» разработана на основе программы: «Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол» ФГОС. Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. М.: Просвещение, 2011г., «Физическая культура. Рабочие программы. 2-е издание. Москва «Просвещение», 2012г.
- в соответствии с ООП ООО МБУ «Школа № 45».

### 1. 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 познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- личностные результаты – готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- метапредметные результаты – освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- предметные результаты – освоенный обучающимися 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 «Волейбол» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

*Регулятивные УУД:*

- *определять и формулировать* цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- *проговаривать* последовательность действий;

- уметь *высказывать* своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь *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).

*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.

*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 обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью

## 2. Содержание учебного курса

### **Баскетбол- 10ч.**

Инструктаж по технике безопасности. Ведение мяча, броски в корзину. Ведение мяча, ловля и передача мяча, финты. Эстафеты с ведением мяча. Учебная игра. Ведение мяча, ловля и передача мяча, финты. Эстафеты с ведением мяча. Учебная игра. Передвижение, прыжки, остановки, повороты с мячом, финты, заслоны. Игра «10 передач». Упражнения с мячом по заданию, финты, заслоны, техника игры в защите. Учебная игра. Передачи мяча двумя руками от груди, техника игры в защите. Учебная игра в стритбол. Передачи мяча двумя руками от груди, техника игры в защите. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди со средней дистанции. Игра по упрощённым правилам. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди со средней дистанции. Игра по упрощённым правилам. Эстафеты с элементами баскетбола.

### **Пионербол -6ч.**

Передача и ловля мяча двумя руками. Передача мяча различными способами, передача с ударом в пол с места, то же- в прыжке с места и с 2-3 шагов разбега. Прямой нападающий «удар» через сетку с 2-3 шагов разбега двумя руками из-за головы (бросок). Передача броском одной рукой (сверху или снизу). Учебная игра.

Учебная игра в пионербол.

### **Волейбол – 11ч.**

Стойка и перемещение, техника передачи мяча сверху и снизу в парах. Передача мяча сверху двумя руками после перемещения. Подвижная игра «спираль». Верхняя и нижняя передача мяча в парах, эстафета с элементами волейбола (верхней и нижней передачи мяча). Верхняя и нижняя передача мяча на точность после перемещения. Учебная игра. Верхняя и нижняя передача мяча на точность после перемещения. Учебная игра. Отбивание мяча кулаком через сетку, тактика

верхней и нижней передачи мяча. Игра «Охотники и утки». Нижняя прямая подача, передача мяча в зонах 6.3.4, и 6.3.2. Учебная игра. Нижняя прямая подача, передача мяча в зонах 6.3.4, и 6.3.2. Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи. Учебная игра. Передача мяча снизу в сочетании с перемещением, прием снизу, техника прямой нижней подачи. Передача мяча снизу в сочетании с перемещением, прием снизу, техника прямой нижней подачи.

#### **Бадминтон-7ч.**

Различное жонглирование с воланом, выполнение ударов закрытой и открытой стороной ракетки. Различное жонглирование с воланом, выполнение ударов закрытой и открытой стороной ракетки. Удары снизу, сверху, слева, подачи по зонам. Учебная игра. Удары слева, справа, по высокой траектории, удар «смеш». Соревнования и эстафеты с элементами бадминтона.

### **3. Тематическое планирование**

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)
<b>Раздел 1. Баскетбол</b>		<b>10</b>
1	Инструктаж по технике безопасности. Ведение мяча, броски в корзину	1
2	Ведение мяча, ловля и передача мяча, финты. Эстафеты с ведением мяча. Учебная игра.	1
3	Ведение мяча, ловля и передача мяча, финты. Эстафеты с ведением мяча. Учебная игра.	1
4	Передвижение, прыжки, остановки, повороты с мячом, финты, заслоны. Игра «10 передач»	1
5	Упражнения с мячом по заданию, финты, заслоны, техника игры в защите. Учебная игра	1
6	Передачи мяча двумя руками от груди, техника игры в защите. Учебная игра в стритбол.	1
7	Передачи мяча двумя руками от груди, техника игры в защите. Учебная игра в стритбол.	1
8	Броски мяча в кольцо двумя руками от груди со средней дистанции. Игра по упрощённым правилам	1
9	Броски мяча в кольцо двумя руками от груди со средней дистанции. Игра по упрощённым правилам	1
10	Эстафеты с элементами баскетбола	1
<b>Раздел 2. Пионербол</b>		<b>6</b>
1	Передача и ловля мяча двумя руками. Учебная игра	1
2	Передача мяча различными способами, передача с ударом в пол с места, то же- в прыжке с места и с 2-3 шагов разбега	1
3	Прямой нападающий «удар» через сетку с 2-3 шагов разбега двумя руками из-за головы (бросок). Учебная игра.	1

4	Передача броском одной рукой (сверху или снизу). Учебная игра	1
5	Учебная игра в пионербол	1
6	Учебная игра в пионербол	1
<b>Раздел 3. Волейбол</b>		<b>11</b>
1	Стойка и перемещение, техника передачи мяча сверху и снизу в парах	1
2	Передача мяча сверху двумя руками после перемещения. Подвижная игра «спираль»	1
3	Верхняя и нижняя передача мяча в парах, эстафета с элементами волейбола (верхней и нижней передачи мяча)	1
4	Верхняя и нижняя передача мяча на точность после перемещения. Учебная игра.	1
5	Верхняя и нижняя передача мяча на точность после перемещения. Учебная игра.	1
6	Отбивание мяча кулаком через сетку, тактика верхней и нижней передачи мяча. Игра «Охотники и утки»	1
7	Нижняя прямая подача, передача мяча в зонах 6.3.4, и 6.3.2. Учебная игра.	1
8	Нижняя прямая подача, передача мяча в зонах 6.3.4, и 6.3.2. Учебная игра.	1
9	Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи. Учебная игра.	1
10	Передача мяча снизу в сочетании с перемещением, прием снизу, техника прямой нижней подачи.	1
11	Передача мяча снизу в сочетании с перемещением, прием снизу, техника прямой нижней подачи.	1
<b>Раздел 4. Бадминтон</b>		<b>7</b>
1	Различное жонглирование с воланом, выполнение ударов закрытой и открытой стороной ракетки.	1
2	Различное жонглирование с воланом, выполнение ударов закрытой и открытой стороной ракетки.	1
3	Удары снизу, сверху, слева, подачи по зонам. Учебная игра.	2
5	Удары слева, справа, по высокой траектории, удар «смеш»	2
6	Соревнования и эстафеты с элементами бадминтона.	1
<b>Итого</b>		<b>34</b>