

Рассмотрено
руководитель ШМО
Ф. В. Ахметзянова
протокол № 10
от «18» августа 2023г.

Согласовано
заместитель директора
по ВР Л. Ф. Ганиева
от «29» августа 2023г.

Утверждено
директор МБОУ КСШ
№3 Д. Х. Ганиева
приказ № 456/23
от «29» августа 2023г.



Рабочая программа
внеурочной деятельности
«Спортивные и подвижные игры»
спортивно-оздоровительного направления
для учащихся 9 -11 классов
муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения
«Кукморская средняя школа № 3»
Кукморского муниципального района Республики Татарстан
на 2023-2024 учебный год

Разработал:
Гарафиев Ленар Зиатдинович,
учитель физической культуры
высшей квалификационной категории

Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности «Спортивные и подвижные игры» предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

Цель курса: удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

Задачи курса:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактику плоскостопия; содействие гармоническому физическому развитию, выработку устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды;
- вызвать у учащихся начальной школы интерес к занятиям, позволив ощутить красоту и радость движения;
- овладение школой движений;
- развитие координационных (точность воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласование движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) способностей;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей;
- выработку представлений об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости вовремя выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Место учебного курса в учебном плане. Программа реализует спортивно-оздоровительное направление во внеурочной деятельности. На реализацию программы отводится 1 час в неделю по 45 минут, всего 34 часа в 9-11 классах.

Тематическое планирование 9 - 11 класс

№	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Теория	Практика	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1	Знания о физической культуре	0,25	0,25		https://spo.1september.ru/ http://www.gto.ru/ https://resh.edu.ru

Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2	Способы самостоятельной деятельности	0,25	0,25		https://spo.1september.ru/ http://www.gto.ru/ https://resh.edu.ru
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность					
3	Физкультурно-оздоровительная деятельность	0,5	0,5		https://spo.1september.ru/ http://www.gto.ru/ https://resh.edu.ru
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность					
4	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")	11	1	10	https://spo.1september.ru/ http://www.gto.ru/ https://resh.edu.ru
5	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")	11	1	10	https://spo.1september.ru/ http://www.gto.ru/ https://resh.edu.ru
6	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")	11	1	10	https://spo.1september.ru/ http://www.gto.ru/ https://resh.edu.ru
Всего		34	4	30	

Планируемые результаты освоения курса

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

Личностные универсальные учебные действия

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.

К метапредметным результатам относятся освоенные школьником универсальные способы деятельности, применимые как в рамках внеурочной деятельности (образовательного процесса), так и в реальных жизненных ситуациях.

Регулятивные УУД:

- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их проверки;

- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой.

Познавательные УУД:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Коммуникативные УУД:

- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.

Формы организации внеурочной деятельности и видов деятельности

Беседа, обсуждение, игра, демонстрация обучающего фильма, презентации, практическое занятие, конкурс, соревнования.