МБОУ « Кантемировский лицей»

Кантемировского муниципального района Воронежской области

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| "Утверждаю"  Директор лицея \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е.Б. Шипилова  Приказ № от  " " 2015г. | "Согласовано"  Заместитель директора лицея по УВР\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Рассмотрено на заседании МО  Протокол № 1  от " " 2015 г. |

**Рабочая программа**

**по внеурочной деятельности «Спортивные игры» для 6 класса**

**Разработал: учитель физической**

**культуры высшей квалификационной**

**категории Даниленко П.А.**

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
| 2015- 2016уч.г. | |

**1.Пояснительная записка**

Рабочая программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» разработана с помощью комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов образовательных учреждений В.И. Ляха (2010г.), допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации.

Программа рассчитана для обучающихся 6 классов на один учебный год, 1 час в неделю.

Нормативно-правовой и документальной базой программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья обучающихся на ступени основного общего образования являются:

* Закон Российской Федерации «Об образовании»;
* Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования.

Реализация внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению – это обучение детей бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства. В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Может быть предложено много объяснений складывающейся ситуации. Это и неблагоприятная экологическая обстановка, и снижение уровня жизни, и нервно-психические нагрузки и т.д. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов жизни, основных навыков сохранения здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании. Как никогда актуальной остаѐтся проблема сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста. Решающая роль в еѐ решении отводится школе. Только здоровый ребѐнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

Программа «Спортивные игры» является незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности младшего школьника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений.

Спортивные игры всегда требуют от играющих двигательных усилий, направленных на достижение условной цели, оговорѐнной в правилах. Особенность спортивных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер. Все свои жизненные впечатления и переживания учащиеся отражают в условно-игровой форме.

Большое воспитательное значение заложено в правилах игр. Они определяют весь ход игры; регулируют действия и поведение детей, их взаимоотношения; содействуют формированию воли, т.е. они обеспечивают условия, в рамках которых ребѐнок не может не проявить воспитываемые у него качества.

Программа направлена не только на физическое развитие ребенка, но и на психо-эмоциональное и социальное развитие личности.

Цель внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» – развитие физических качеств, совершенствование и удовлетворение индивидуальных двигательных потребностей . Цели конкретизированы следующими

задачами:

1. Образовательные:

2. -формирование технических и тактических навыков игры в волейбол, баскетбол нача;

3 - ознакомить учащихся с правилами самоконтроля состояния здоровья на занятиях и дома;

4 -формировать правильную осанку;

Развивающие:

 развивать и совершенствовать его физические и психомоторные качества, обеспечивающие высокую дееспособность;

 совершенствовать прикладные жизненно важные навыки и умения в ходьбе, прыжках, лазании, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями.

Воспитательные:

 прививать жизненно важные гигиенические навыки;

 содействовать развитию познавательных интересов, творческой активности и инициативы;

 стимулировать развитие волевых и нравственных качеств, определяющих формирование личности ребёнка;

 формировать умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями.

Оздоровительные:

 улучшать функциональное состояние организма;

 повышать физическую и умственную работоспособность;

 способствовать снижению заболеваемости.

 обучать диафрагмально-релаксационному дыханию;

 изучать комплексы физических упражнений с оздоровительной направленностью;

 формировать у обучающихся навыки здорового образа жизни.

Развивающие:

 развивать и совершенствовать его физические и психомоторные качества, обеспечивающие высокую дееспособность;

 совершенствовать прикладные жизненно важные навыки и умения в ходьбе, прыжках, лазании, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями.

Воспитательные:

 прививать жизненно важные гигиенические навыки;

 содействовать развитию познавательных интересов, творческой активности и инициативы;

 стимулировать развитие волевых и нравственных качеств, определяющих формирование личности ребёнка;

**2 Общая характеристика курса внеурочной деятельности**

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека. Программа « спортивные игры» включает в себя волейбол, баскетбол , лапта.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья учащихся в основу, которой положены культурологический и личностноориентированный подходы. Содержание программы раскрывает механизмы формирования у обучающихся ценности здоровья на ступени начального общего образования и спроектирована с учётом нивелирования вышеперечисленных школьных факторов риска, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья младших школьников.

Актуальность программы заключается в том что, она ориентирована, прежде всего, на реализацию двигательной потребности ребенка с учетом его конституционных особенностей и физических возможностей.

Проблема сохранения и укрепления здоровья детей в наши дни становится все более актуальной: мы наблюдаем резкое снижение процентов здоровых детей. Этому может быть много объяснений: неблагоприятная экологическая обстановка, снижение уровня жизни некоторых слоев населения, значительные нервно-психические нагрузки и др. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранении здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании.

Значительная роль в формировании здорового образа жизни у детей отводится школе. Ей доверено воспитание новых поколений россиян. Помочь России выйти из кризиса смогут только успешные люди. Успешные – значит понимающие своё предназначение в жизни, умеющие управлять своей судьбой, здоровые физически и нравственно (способные к самопознанию, самоопределению, самореализации, самоутверждению). Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы

**3.Личностные метапредметные и предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности.**

Результаты освоения курса внеурочной деятельности « спортивные игры» оцениваются как метапредметные . предметные и личностные .

Метапредметные результаты:

– овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи внеурочной деятельности, поиска средств ее осуществления;

– формирование умения понимать причины успеха/неуспеха внеурочной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

– определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

– готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

– овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

**Предметные результаты:**

– формирование представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

– овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, спортивные игры и т.д.);

– формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);

– взаимодействие со сверстниками по правилам проведения спортивных игр и соревнований;

– выполнение технических действий спортивных игр, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

**Личностные результаты:**

– формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;

– формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

– развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

– развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

– формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

– развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

– развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;– формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. Результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. Регулятивные УУД:

 Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя.

 Проговаривать последовательность действий на занятии.

 Учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану.

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

 Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на занятии.

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

2. Познавательные УУД:

 Делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре).

 Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.

 Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.

 Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).

3. Коммуникативные УУД: Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).

 Слушать и понимать речь других.

 Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).

 Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.

 Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

 Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах . – развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;– формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

**4 Содержание курса внеурочной деятельности**

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» предназначена для обучающихся 6 классов.

Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часовых занятий в неделю, 6 класс - 35 часов в год.

|  |  |
| --- | --- |
| Название раздела | Количество часов (занятий) |
| Спортивные игры: | 35 |
| - волейбол | 15 |
| - баскетбол; | 15 |
| - лапта | 5 |

**5. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С ОПРЕДЕЛЕНИЕМ ОСНОВНЫХ ВИДОВ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ .**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Раздел программы** | **Тема** | **Содержание учебного материала** | | Характеристика деятельности учащихся | | | **Дата проведения** |
| 1.Четверть | | | | | | | | |
| 1 | волейбол  *15ч* | Основы техники и тактики игры. | | Инструктаж по технике безопасности на занятиях волейболом. | **Освоение** техники безопасности. | | |  |
| 2 |  |  | | Передачи мяча,приём мяча снизу. | Освоение двигательных действий волейболиста, освоение упражнений с волейбольными мячами, играть в волейбол по упрощенным правилам. Соблюдение дисциплины на занятиях. | | |  |
| 3 |  | Передачи мяча,приём мяча снизу. |  |
| 4 |  | Передачи мяча,приём мяча снизу. Нижняя прямая подача мяча. |  |
| 5 |  | Передачи мяча,приём мяча снизу. Нижняя прямая подача мяча. |  |
| 6 |  | Передачи мяча,приём мяча снизу. Нижняя прямая подача мяча |  |
| 7 |  | Комбинации из освоенных элементов: приём ,передача. |  |
| 8 |  | Комбинации из освоенных элементов: приём ,передача. |  |
| 9 |  | Комбинации из освоенных элементов: приём ,передача. |  |
| 2 четверть | | | | | | | | |
| 10 |  |  | | Комбинации из освоенных элементов,нападающий удар после подбрасывания мяча. | |  | |  |
| 11 |  | Комбинации из освоенных элементов,нападающий удар после подбрасывания мяча. | | Освоение двигательных действий волейболиста, освоение упражнений с волейбольными мячами, играть в волейбол по упрощенным правилам. Соблюдение дисциплины на занятиях. | |  |
| 12 |  | Комбинации из освоенных элементов,нападающий удар после подбрасывания мяча,учебная игра. | |  |
| 13 |  | Комбинации из освоенных элементов,нападающий удар после подбрасывания мяча,учебная игра. | |  |
| 14 |  | Нападающий удар после подбрасывания мяча,учебная игра. | |  |
| 15 |  | Нападающий удар после подбрасывания мяча,учебная игра. | |  |
| 16 | Баскетбол  *15 ч* | Правила безопасности на занятиях баскетболом. Основы техники и тактики игры. | | Инструктаж по технике безопасности на занятиях баскетболом | | Соблюдение дисциплины и правил техники безопасности на занятиях баскетболом. | |  |
| 3 четверть | | | | | | | | |
| 17 |  |  | | Ведение мяча,передачи мяча,броски по кольцу. | |  | |  |
| 18 |  |  | | Ведение мяча,передачи мяча,броски по кольцу. | |  | |  |
| 19 |  | Ведение мяча,передачи мяча,броски по кольцу. | |  | |  |
| 20 |  | Ведение мяча,передачи мяча,броски по кольцу,индивид. действия в защите. | | Освоение двигательных и технический действий баскетболиста. Развитие физических качеств. Проявление быстроты и ловкости. Знание правил игры в баскетбол, играть в баскетбол | |  |
| 21 |  | Ведение мяча,передачи мяча,броски по кольцу, групповые действия в защите. | |  |
| 22 |  | Индивидуальные действия в нападении. | |  |
| 23 |  | Командные действия в нападении. | |  |
| 24 |  | Командные действия в защите. | |  |
| 25 |  |  | |  |
| 26 |  |  | | Групповые, командные действия в защите и нападении. | |  |  | |
| 27 |  | Групповые, командные действия в защите и нападении. | | Освоение двигательных и технический действий баскетболиста. Развитие физических качеств. Проявление быстроты и ловкости. Знание правил игры в баскетбол, играть в баскетбол. |  | |
| 28 |  | Групповые, командные действия в защите и нападении.. | |  | |
| 29 |  | Групповые, командные действия в защите и нападении, учебная игра. | |  | |
| 30 |  |  | | Учебная игра. | |  | |
| 31 | Лапта 5ч. |  | | Удар по мячу,ловля мяча. | | Освоение техники, ловли и передачи мяча, техники удара по мячу, играть в русскую лапту, соблюдение техники безопасности при игре. |  | |
| 32 |  |  | | Удар по мячу,ловля мяча. | |  | |
| 33 |  |  | | Удар по мячу,осаливание, самоосаливание. | |  | |
| 34 |  |  | | Удар по мячу,осаливание, самоосаливание,учебная игра | |  | |

**6.Описание учебно-методического ,материально-технического обеспечения.**

Для занятий внеурочной деятельностью спортивными играми небходимы следующее оборудование и инвентарь:мячи баскетбольные, волейбольные, для игры в лапту, биты, баскетбольные щиты с кольцами, сетка волейбольная, скакалки, секундомер, стойки для обводки, мячи набивные.

Список используемой литературы для составления программы:

Комплексная программа физического воспитания учащихся В.И.Ляха, А.А.Зданевича.

« Просвещение» 2010

Матвеева А.П. Учебник «Физическая культура» 6-7 класс

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |