

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 21 Василеостровского района
Санкт-Петербурга имени Э.П. Шаффе

РАССМОТРЕНО
на заседании методического
объединения
Руководитель МО *Сопровождения*
Шиповский
протокол № 1
от «30» августа 2023

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по УМР
Сева / *Сева*
«31» августа 2023г.

ПРИНЯТО
на заседании Педагогического
совета
протоколом № 1
от «31» августа 2023

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ средней школы
№ 21 им. Э.П. Шаффе
Ю.И. Ачкасова
«31» августа 2023 г.
Приказ № 921/П-ДД

Рабочая программа

внеурочной деятельности «Подвижные игры»

Класс 7А,Б

Всего часов на учебный год - 34
Количество часов в неделю - 1

Учитель: *Шиповский Павел Сергеевич*

Санкт-Петербург
2023

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 21 Василеостровского района
Санкт-Петербурга имени Э.П. Шаффе

РАССМОТРЕНО
на заседании методического
объединения
Руководитель МО
_____/_____
протокол № _____
от « ___ » _____ 20__

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по УМР
_____/_____
« ___ » _____ 20__ г.

ПРИНЯТО
на заседании Педагогического
совета
протоколом № _____
от « ___ » _____ 20__

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ средней школы
№ 21 им. Э.П. Шаффе
_____/Ю.И. Ачкасова/
« ___ » _____ 20__ г.

Рабочая программа

внеурочной деятельности «Подвижные игры»

Класс 7А,Б

Всего часов на учебный год - 34

Количество часов в неделю - 1

Учитель: *Шиповский Павел Сергеевич*

Санкт-Петербург
2023

Направление данной программы - физкультурно-спортивное.

Адресат программы:

Данная программа реализуется в 7А Б классе.

Сроки реализации программы: Продолжительность реализации программы 1 год (1 час в неделю, 34 часа).

Общая характеристика курса

Подвижны игры – Специфика подвижной игры состоит в молниеносной, мгновенной ответной реакции ребенка на сигналы «Лови!», «Беги!» «Стой!» и др.

Подвижны игры наиболее массовые и любимые виды игр. Занятия подвижными играми укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов. Взаимодействие с мячом и другим спортивным инвентарём способствует улучшению периферического зрения, ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Подвижные игры требуют от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретенными навыками. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений.

Предлагаемая программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры.

Место курса в учебном плане: 34 часа внеурочной деятельности.

Логические связи курса с предметами школьной программы: курс содержательно связан с физической культурой, а также историей, географией (страноведение), русским языком, английским языком (терминология).

Цель курса: формирование интереса и потребности школьников к занятиям физической культурой и спортом через обучение подвижным играм

Задачи:

- Совершенствование теоретических знаний основ подвижных игр;
- Освоение иных подвижных игр на базе различных видов спорта;
- Изучение истории развития подвижных игр;
- Овладение техническими навыками игры;
- Формирование позитивного отношения к базовым общественным ценностям (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура).

- Социализация обучающихся, формирование умения взаимодействовать в команде, ценностного отношения к спорту и своему здоровью;
- Воспитание общительности, доброжелательности, культуры общения;
- Реализация потребности самовыражения в разных видах деятельности, в т.ч. в спорте.

Принципы отбора материала:

- Соответствие возрасту
- Посильности
- Соответствия группе здоровья
- Принцип опоры на имеющийся опыт и интересы обучающихся.

Логика структуры программы:

Программа включает в себя титульный лист, пояснительную записку, требования к уровню подготовки учащихся, содержание, Календарно-тематическое планирование, формы и средства контроля, перечень учебно-методических средств обучения, список литературы для ученика и учителя.

Формы проведения занятия: игра, беседа, проектная деятельность, клубное мероприятие и др.

В случае невозможности очного обучения по эпидемиологическим или иным причинам на основании соответствующих приказов и распоряжений допускается реализация программы с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий

Требования к уровню подготовки учащихся

мальчики и девочки, 13-14 лет, не имеющие медицинских противопоказаний.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса

Личностные результаты:

- Использование приобретенных знаний и умений в практической деятельности и повседневной жизни;
- Сформированное целеполагание, автомотивация, тайм-менеджмент и стрессоустойчивость в процессе игры;
- Сформированные коммуникативные навыки, принятие собственной командной роли.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

- Умение самостоятельно ставить цели, планировать пути их достижения, умение выбирать наиболее эффективные способы решения познавательных задач;
- Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- Умение владеть основами принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- Умение исследовать свои качества и свои особенности;
- Умение наблюдать;
- Умение моделировать ситуацию;
- Сформированный навык критического мышления;
- Способность сопоставления собственных действий с планируемым результатом;
- Контроль, оценка результатов своей деятельности.

Познавательные УУД:

-пользоваться логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по различным признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей,

-осуществлять информационный поиск; в том числе с помощью компьютерных средств;

- устанавливать причинно-следственные связи;

-решать проблемы творческого и поискового характера;

Коммуникативные УУД:

- осознанно строить свое высказывание в соответствии с поставленной коммуникативной задачей;
- спрашивать, интересоваться чужим мнением и высказывать свое;
- уметь с помощью вопросов добывать недостающую информацию (познавательная инициативность);
- уметь устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации;
- проявлять уважительное отношение к партнерам, внимание к личности другого;
- выражать с достаточной полнотой и точностью свои мысли в соответствии с задачами и условиями межкультурной коммуникации;
- участвовать в коллективном обсуждении проблем;
- уметь адекватно реагировать на нужды других, в частности, оказывать помощь и эмоциональную поддержку партнерам в процессе достижения общей цели совместной деятельности.

Предметные результаты:

Умения:

- Овладение тактическими знаниями в процессе игры в волейбол;
- Умение технически верно координировать свои действия в процессе игры в волейбол и при выполнении упражнений;
- Знание волейбольных терминов и истории;

Содержание

№ п/п	Название раздела	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	1		Беседа
2	Общеразвивающие упражнения и общефизическая подготовка (ОРУ, ОФП)	3	1	2	Сдача нормативов
3	Подвижные игры на основе волейбола.	15	2	13	Наблюдение, тестирование
5	Техника игры в волейбол	11	3	8	Товарищеская игра
6	Судейство	3	2	1	Сдача нормативов
7	Итоговое занятие	1		1	Товарищеская игра
	Итого	34	13	21	

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема учебного занятия	К-во часов
1	Инструктаж по Т.б Вводное занятие	1
2	ОРУ, ОФП, подвижные игры «Мяч среднему», Сильные и ловкие»,	1
3	ОРУ, ОФП, подвижные игры «Мяч в воздухе», «Охотник и зайцы»	1
4	ОРУ, ОФП, подвижные игры «Перехвати мяч», «Кот и мыши»,	1
5	ОРУ, ОФП, подвижные игры «Заяц без логова», «Охотники и утки», «Конкурсы на ловкость»	1
6	ОРУ, ОФП, подвижные игры «Салки с мячом»	1
7	ОРУ, ОФП, подвижные игры «Кто больше», «Салки с мячами»	1
8	ОРУ, ОФП, подвижные игры «10 передач»	1
9	ОРУ, ОФП, подвижные игры «Ловишки с мячом», «Передай и займи место»	1
10	ОРУ, ОФП, подвижные игры «Перехвати мяч», «Командные салки»	1
11	ОРУ, ОФП, подвижные игры «Картошка», «Мяч капитану»	1
12	ОРУ, ОФП, подвижные игры «Полет мяча», «Волейбол с выбыванием», «Попади в щит»	1
13	ОРУ, ОФП, подвижные игры «Передача-садись», «Подача в щит» «Передачи центральному»	1
14	ОРУ, ОФП, подвижные игры «Попади в мяч», «Поймай и передай», «Над собой и об стенку»	1
15	ОРУ, ОФП, подвижные игры «Блуждающий мяч», «Мяч над головой», «Навстречу через сетку»	1
16	ОРУ, ОФП, подвижные игры «Мяч с четырех сторон», «Волейбольные салочки», «Точный пас»	1
17	ОРУ, ОФП, подвижные игры «Квадрат», «Сильный бросок», «Не дай мяч водящему»	1
18	ОРУ, ОФП, подвижные игры «Блуждающий мяч», «Быстрые передачи», «Мяч соседу»	1
19	ОРУ, ОФП, подвижные игры «Перехват мяча», «Салки спиной к щиту», «Передал-садись»	1

20	ОРУ, ОФП, подвижные игры «Быстрое ведение», «Гонка мячей», «25 передач»	1
21	ОРУ, ОФП, подвижные игры «Отними мяч», «Мяч среднему», «Бросай беги»	1
22	ОРУ, ОФП, подвижные игры «Защищай товарища», «Гонка игроков ведущих мяч», «Кто больше»	1
23	ОРУ, ОФП, подвижные игры «Мяч с четырех сторон», «Салка и мяч», «с отскоком от щита»	1
24	ОРУ, ОФП, подвижные игры «Волейбольные салочки» «Челнок», «Западня»	1
25	ОРУ, ОФП, подвижные игры «Вокруг встречной колонны», «Эстафета по кирпичам», «Найди себе пару»	1
26	ОРУ, ОФП, подвижные игры «Вернись быстрее», «Дружные тройки», «Обгони мяч»	1
27	ОРУ, ОФП, подвижные игры «Следуй за лидером», «Эстафета с чехардой», «Шагай в перед»	1
28	ОРУ, ОФП, подвижные игры «Волейбол с ловлей мяча», «Дружные салки»	1
29	ОРУ, ОФП, подвижные игры «Кто меньше?», «Зайцы и морковка», «Шаг за шагом»	1
30	ОРУ, ОФП, подвижные игры «Следуй за мной», «В обе стороны», «Третий лишний»	1
31	ОРУ, ОФП, подвижные игры «В стойло», «Поезда идут в депо», «Вызов номеров»	1
32	ОРУ, ОФП, подвижные игры	1
33	ОРУ, ОФП, подвижные игры	1
34	Итоговое занятие, подведение итоговое.	1
	Всего часов	34

Формы и средства контроля

Выполнение парных, групповых, индивидуальных заданий;
Беседа;
Элементы самоконтроля и взаимоконтроля.

Критерии успешного освоения учащимися курса

- Активность на занятиях;
- Результативность участия в тренировочном процессе и соревнованиях.

Перечень учебно-методических средств обучения

Спортивный зал

Скакалки

Мячи волейбольные

Доска с магнитной поверхностью

Фишки

Теннисные мячи

Волейбольная сетка

Аудитория с :

Мультимедийным компьютером со звуковой картой

Мультимедийным проектором

Экран

В случае реализации программы с использованием дистанционных образовательных технологий:

Персональный компьютер учащегося и педагога

Список литературы для учителя

- Учебно-методическое пособие №26. Теоретико-методологические аспекты спортивной подготовки волейболистов. Москва, 2020
- Методическое пособие №21. Годичный план спортивной подготовки волейболистов. Москва, 2020
- Волейбол: техника и тактика игры. Челябинск 2016
- Методическое руководство №16. Психолого-педагогические аспекты деятельности тренера по волейболу, работающего в ДЮСШ. Москва – 2014
- Методический сборник №17. Процесс спортивной подготовки игроков. Фомин Е.В., Силаева Л.В., Булыкина Л.В., Белова Н.Ю. Москва - 2014.
- Волейбол: теория и методика тренировки Беляев А. В., Булыкина Л. В.; ТВТ Дивизион - Москва, 2011.
- Гигиена физического воспитания и спорта Стеблецов, Е. А. Гигиена физической культуры и спорта : учебник для вузов / Е. А. Стеблецов, А. И. Григорьев, О. А. Григорьев ; под редакцией Е. А. Стеблецова. — Москва : Издательство Юрайт, 2021.
- Общая физическая подготовка, Знать и уметь, (Гришина Ю.И.) 2014

- Гриженя В.Е. **Организация и методические приемы проведения занятий по подвижным играм в вузе и в школе: Учебно-методическое пособие** – М., Советский спорт, 2016. – 40 с.
- Васильков Г.А., От игр к спорту. – М., 2012
- Дусовицкий А.К., Воспитывая интерес. – М., 2011
- Железняк М.Н., Спортивные игры. – М., 2011
- Коротков И.П., Подвижные игры в занятиях спортом. – М., 2012
- Литвинов М.Ф., Русские народные подвижные игры. – М., 2011.
- Миньков Н.Б., Игры и воспитание способностей. – М., 2011.
- Осокина Т.И., Детские подвижные игры. – М., 2013.
- Портных Ю.И., Спортивные и подвижные игры. – М., 2011.
- Былеева Л.В., Коротков И.М., Климова Р.В., Кузьмичева Е.В. Подвижные игры. – ТВТ: Дивизион, 2011.
- Гуревич Н.А. 300 соревновательно - игровых заданий по физическому воспитанию. – Минск, 2012.
- Дмитриев В.Н. Игры на свежем воздухе. – М.: МСП, 2012.
- Жуков М.Н. Подвижные игры. — М.: Издательский центр «Академия», 2013.
- Лях В.И. Координационные способности школьников. - Минск.: Полымя, 2012.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 21
ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ Э.П.
ШАФФЕ**, Ачкасова Юлия Ивановна, Директор

19.10.23 17:13 (MSK)

Сертификат D5827FDE38716559149204F1B343C336