

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Пензенской области

Отдел образования Кузнецкого района

Филиал МБОУ СОШ с. Махалино - ООШ с. Сюзюм

РАССМОТРЕНО

На заседании МО

Руководитель МО

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
учебно-воспитательной работе

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ СОШ с.
Махалино

Кузнецова С.А.
Протокол № 1 от «30» 08 2023 г.

Еникеева Л.Х.
Протокол № 1 от «31» 08 2023 г.

Пушкарёва А.Е.
Приказ № 97 от «31» 08 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного курса «МИР СПОРТИВНЫХ ИГР»

для обучающихся 5 класса

с. Сюзюм, 2023

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа учебного курса «Мир спортивных игр» для обучающихся 5 классов разработана в соответствии с требованиями ФГОС ООО и на основании рекомендаций Департамента развития системы физкультурно-спортивного воспитания Министерства образования и науки Российской Федерации:

- об увеличении двигательной активности (через различные виды спортивных игр);
- о развитии физических качеств обучающихся (через использование национальных видов спорта или развитие видов спорта по интересам);
- о внедрении современных систем физического воспитания.

Новизной данной программы является то, что в основе лежит системно-деятельности подход, который создает основу для самостоятельного успешного усвоения обучающимися новых знаний, умений, компетенций, видов и способов деятельности.

Программа составлена с учетом особенности работы образовательного учреждения и имеет оздоровительное, спортивное и общеразвивающее значение, поэтому данная программа является учебным курсом деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению.

Особенность программы заключается поли вариантности программно-методического арсенала, что позволяет из множества вариантов содержания и видов спортивно-оздоровительной и образовательной деятельности по физической культуре делать выбор игр, соответствующих возможностям обучающихся, их возрастно-половым особенностям, устремлениям и интересам. При этом содержание соотносится с учебным материалом по физической культуре в соответствующей учебной четверти.

Цель программы: развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателей физической подготовленности, формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях.

Достижение поставленной цели связывается с решением следующих **задач:**

- познакомить детей с разнообразием спортивных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;

- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

В соответствии с учебным планом школы на учебный курс «Мир спортивных игр» отводится: в 5 классе – 1 час в неделю, что составляет 34 часа в год

2.СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

Подвижные игры в школе являются незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности школьников, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений.

Волейбол - 9 часов

Инструктаж по технике безопасности. Обучение стойкам с перемещением и исходным положениям. Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Разучивание верхней передачи мяча в парах, эстафета с элементами волейбола. Развитие скоростно-силовых качеств. Учебная игра в пионербол. Разучивание верхней прямой подачи с середины площадки. Нижняя прямая подача у стены. Нижняя прямая подача в парах. Передача мяча сверху и снизу в сочетании с перемещениями. Групповые упражнения в приеме мяча снизу от нижней подачи. «Пионербол» - учебная игра.

Баскетбол - 8 часов

Техника безопасности и основы знаний на занятиях по баскетболу. Стойки и перемещения баскетболиста. ОРУ, ведение мяча, порядок ловли и передачи мяча, финты. Передвижение, прыжки, остановки, повороты с мячом, финты, заслоны. ОРУ на месте и в движении, упражнения с мячом по заданию. Повороты с мячом, заслон, техника игры в защите, учебная игра в стритбол. Соревнования по баскетболу.

Футбол - 8 часов

Техника безопасности во время игры в мини – футбол. Стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боком и спиной вперед. Остановка мяча, ведение мяча, обманные движения. Старты из различных положений. Отбор мяча, вбрасывание мяча из боковой линии, техника игры вратаря. Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма. Тактика нападения, индивидуальные действия с мячом. Остановка мяча грудью, отбор мяча в подкате. Учебная игра. Отбор мяча, вбрасывание мяча из боковой линии, техника игры вратаря. Соревнование по мини – футболу. Подвижные игры: «Точная передача», «Попади в ворота».

Лёгкая атлетика - 9 часов

Техника безопасности на занятиях. Разновидности бега, ходьбы. Бег с изменением направления. Бег с ускорением. Прыжок в высоту способом «перешагивания». Многоскоки. ОФП. Соревнования и эстафета с применением прыжков. Праздник «Малые олимпийские игры с мячом».

В данной программе использованы следующие формы организации и виды деятельности:

Физические упражнения. Групповые и игровые формы работы, фронтальная форма работы. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств. Характеристика

основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.

Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений. Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Игровые формы работы. Самостоятельные занятия. Составление режима дня.

Групповые и индивидуальные формы работы. Выполнение простейших комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (физкультминутки).

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Каждое занятие является звеном системы уроков, связанных в логическую последовательность, построенных друг за другом и направленных на освоение учебного материала конкретной темы.

Формы проведения занятий и виды деятельности

Однонаправленные занятия	Посвящены только одному из компонентов подготовки игрока: техники, тактики или общефизической подготовке.
Комбинированные занятия	Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.
Целостно-игровые занятия	Построены на учебной двухсторонней игре по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.
Контрольные занятия	Прием нормативов у занимающихся, выполнению контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения учебного курса у обучающегося будут сформированы следующие **личностные результаты**:

- готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при организации, планировании и проведении совместных занятий физической культурой и спортом, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга;
- готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях;
- готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах, соблюдать правила техники безопасности во время совместных занятий физической культурой и спортом;
- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;
- готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;
- освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий на уроках в игровой и соревновательной деятельности;

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- В результате изучения учебного курса у обучающегося будут сформированы универсальные познавательные учебные действия, универсальные коммуникативные учебные действия, универсальные регулятивные учебные действия.

Регулятивные УУД:

Определять и формулировать цель деятельности на занятиях с помощью учителя. Проговаривать последовательность действий на занятии.

Учить высказывать своё предположение (версию), 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 занятиях.

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

Уметь организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность

(режим дня, утренний зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.).

Познавательные УУД:

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

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).

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.

Привлечение родителей (законных представителей) к совместной деятельности

Предметные результаты

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

- овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учётом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;

- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую помощь при лёгких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форма активного отдыха и досуга;

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 индивидуальных режимов физической нагрузки, контролировать направленность её воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией.

- использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
5 КЛАСС**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Волейбол					
1.1	Волейбол	9			www.edu.ru www.school.edu.ru
Итого по разделу		9			
Раздел 2. Баскетбол					
2.1	Баскетбол	8			www.edu.ru www.school.edu.ru
Итого по разделу		8			
Раздел 3. Футбол					
1.1	Футбол	8			www.edu.ru www.school.edu.ru
Итого по разделу		8			
Раздел 4 Легкая атлетика					
2.1	Легкая атлетика	9			www.edu.ru www.school.edu.ru
Итого по разделу		9			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Инструктаж по технике безопасности.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
2	Обучение стойкам с перемещением и исходным положениям.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
3	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левымбоком, лицом вперед.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
4	Разучивание верхней передачи мяча в парах, эстафета элементами волейбола.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
5	Развитие скоростно-силовых качеств. Учебная игра в пионербол.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
6	Нижняя прямая подача у стены. Нижняя прямая подача в парах.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
7	Передача мяча сверху и снизу в сочетании с перемещениями.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
8	Групповые упражнения в приеме мяча снизу от нижней подачи.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
9	«Пионербол» - учебная игра.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
10	Техника безопасности и основы знаний на занятиях по баскетболу.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
11	Стойки и перемещения баскетболиста.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
12	ОРУ, ведение мяча, порядок ловли и передачи мяча, финты.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
13	Игра по упрощенным правилам.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
14	Передвижение, прыжки, остановки, повороты с мячом, финты, заслоны.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
15	ОРУ на месте и в движении, упражнения с	1		1		www.edu.ru

	мячом по заданию.					www.school.edu.ru
16	Повороты с мячом, заслон, техника игры в защите, учебная игра в стритбол.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
17	Соревнования по баскетболу.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
18	Техника безопасности во время игры в мини – футбол. Остановка мяча, ведение мяча, обманные движения.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
19	Стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боками спиной вперед.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
20	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
21	Тактика нападения, индивидуальные действия с мячом.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
22	Остановка мяча грудью, отбор мяча в подкате. Учебная игра.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
23	Отбор мяча, вбрасывание мяча из боковой линии, техника игры вратаря. .	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
24	Соревнование по мини – футболу	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
25	Подвижные игры: «Точная передача», «Попади в ворота».	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
26	Техника безопасности на занятиях.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
27	Многоскоки.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
28	Разновидности бега, ходьбы.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
29	Бег с изменением направления.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
30	Бег с ускорением.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
31	Прыжок в высоту способом «перешагивания».	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru
32	ОФП.	1		1		www.edu.ru

					www.school.edu.ru
33	Соревнования и эстафета с применением прыжков.	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
34	Праздник «Малые олимпийские игры с мячом».	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
	Итого	34		34	

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
ПРОЦЕССА
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

- Физическая культура, 5-9 классы/ Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

Физическая культура – 5-9 класс - Российская электронная школа (resh.edu.ru)

<https://www.gto.ru>

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

<https://resh.edu.ru/>

https://edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm

Методические рекомендации | ВФСК ГТО (gto.ru)

<https://www.gto.ru>

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<https://uchi.ru> https://edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm Физическая культура

- Российская электронная школа (resh.edu.ru)

<https://www.gto.ru>

ВФСК ГТО (gto.ru)