

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Кировской области

КОГОВУ "Лицей г. Советска"

РАССМОТРЕНО

методическим объединением
учителей-предметников естественнонаучного цикла,
физической культуры и ОБЖ

Олюнина Т.В.
Протокол №1 от "30" августа 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО

И.о.директора

Чистополова О.Н.
Приказ №128 от "31" августа 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности
«Спортивные игры. Волейбол» для 6-9 классов

Составитель:

Елькин Оксана Геннадьевна,
учитель физической культуры

г.Советск
2022

Пояснительная записка.6-7 класс.

Главным фактором школьной спортивной жизни является внеклассная работа.

Основу её составляет организация школьной спортивной секции.

Рабочая программа, по спортивно-оздоровительной направленности секции «Волейбол» для обучающихся 6-7 классов разработана на основе:

- «Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов образовательных учреждений» под редакцией В.И. Ляха, А.А Зданевича (2010г.), допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации.

- «Внеурочная деятельность учащихся: волейбол» под редакцией Г.А. Колодницкий, В. С. Кузнецов (2011г.)

Данная программа призвана обеспечить направление дополнительного физкультурного образования обучающихся общеобразовательной организации с использованием двигательной активности из раздела «волейбол».

Основной принцип работы секции по волейболу - выполнение программных требований по физической, технической, тактической теоретической подготовке, выраженных в количественных (часах) и качественных (нормативные требования) показателях.

Программа предусматривает проведение практических занятий, сдачу занимающимися контрольных нормативов.

Цель занятий :

Формирование интереса и потребности школьников к занятиям физической культурой и спортом, популяризация игры в волейбол среди обучающихся школы, пропаганда ЗОЖ.

Задача занятий:

- овладеть теоретическими и практическими приёмами игры в волейбол;
- развивать у обучающихся основные двигательные качества: силу, ловкость, быстроту движений, скоростно-силовые качества, выносливость;
- воспитывать у обучающихся нравственные качества: целеустремлённость и волю, дисциплинированность;
- укрепить здоровье, содействовать гармоническому физическому развитию;
- вооружить теоретическими и практическими навыками игры в волейбол;
- организация полезной занятости обучающихся школы с целью профилактики правонарушений несовершеннолетних.

Для обучения набираются все желающие, не имеющие противопоказаний для занятий спортивными играми.

Учебная работа в секции осуществляется на основе данной программы, которая содержит материал теоретических и практических занятий. Теоретические занятия проводятся в форме бесед в процессе практических занятий. Практические занятия должны быть разнообразными и эмоциональными. Программа рассчитана на 68 часов (занятия 2 раза в неделю по 1 часу).

Требования к уровню подготовки обучающихся

ЗНАТЬ:

- ☐ влияние занятий физическими упражнениями на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;
- ☐ способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
- ☐ гигиенические требования к инвентарю и спортивной форме, зависимость появления травм от неправильного отношения к гигиеническим требованиям;
- ☐ правила и способы планирования систем индивидуальных занятий физическими упражнениями различной целевой направленности;
- ☐ основы методики обучения и тренировки по волейболу.
- ☐ правила игры;
- ☐ технику и тактику игры в волейбол; строевые команды;

- ☐ методику судейства учебно-тренировочных игр; общие рекомендации к созданию презентации

УМЕТЬ:

- ☐ выполнять индивидуально специально подобранные физические упражнения для поднятия и укрепления функциональных возможностей организма и развития специальных физических качеств - быстроты, выносливости, ловкости, силы, гибкости;
- ☐ соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении соревнований;
- ☐ выполнять индивидуальные и групповые тактические действия в нападении и защите;
- ☐ выполнять технические действия с мячом и без мяча в нападении и защите;
- ☐ использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни.
- ☐ осуществлять судейство соревнований по волейболу;
- ☐ работать с книгой спортивной направленности;
- ☐ самостоятельно составлять выступления и презентацию к ним;

По окончании реализации программы ожидается достижение следующих результатов:

- ☐ Достижения высокого уровня физического развития у обучающихся по данной программе;
- ☐ Призовые места на соревнованиях областного уровня;
- ☐ Устойчивое овладение умениями и навыками игры;
- ☐ Развитие у обучающихся потребности в продолжении занятий спортом как самостоятельно так и в спортивной секции после окончания школы;
- ☐ Укрепление здоровья обучающихся, повышение функционального состояния всех систем организма;
- ☐ Умение контролировать психическое состояние.

Содержание программы:

Влияние физических упражнений на организм занимающихся волейболом. Влияние занятий физическими упражнениями на нервную систему и обмен веществ организма занимающихся волейболом.

Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение травматизма. Использование естественных факторов природы (солнце, воздух и вода) в целях закаливания организма. Меры личной и общественной и санитарно-гигиенической профилактики, общие санитарно-гигиенические требования к занятиям волейболом.

Основы методики обучения в волейболе.

Понятие об обучении и тренировке в волейболе. Классификация упражнений, применяемых в учебно-тренировочном процессе по волейболу.

Правила соревнований, их организация и проведение. Роль соревнований в спортивной подготовке юных волейболистов. Виды соревнований. Понятие о методике судейства.

Общая и специальная физическая подготовка.

Специфика средств общей и специальной физической подготовки. Специальная физическая подготовка в различные возрастные периоды.

Основы техники и тактики игры.

Понятие о технике. Анализ технических приёмов (на основе программы для данного года).

Анализ тактических действий в нападении и защите (на основе программы для данного года).

Формы и методы занятий:

Формы проведения занятий:

1. Практические занятия;
2. Эстафеты;
3. Подвижные игры;
4. Спортивные соревнования;
5. Физкультурные праздники;
6. Обучающие и двусторонние игры;
7. Товарищеские встречи.

Важнейшими дидактическими принципами обучения являются сознательность и активность, наглядность, доступность, систематичность, последовательность.

Ведущими методами обучения являются:

- ☐ словесные методы, создающие у обучающихся предварительное представление об изучаемом движении. Для этой цели рекомендуется использовать: объяснение, рассказ, замечания, команды, распоряжения, указания, подсчёт;
- ☐ наглядные методы – применяются главным образом в виде показа упражнений, учебных наглядных пособий;
- ☐ практические методы: метод упражнений, игровой метод. Контрольные нормативы по основам технической подготовки в волейболе

№	Кол-во часов	Тема занятий
1	1	Техника безопасности на занятиях по спортивным играм. Перемещения и стойка волейболиста. Передача мяча двумя руками сверху.
2	1	ОФП. Перемещения и стойка волейболиста. Передача мяча двумя руками сверху. Подвижные игры с элементами волейбола.
3	1	Развитие быстроты перемещения. Прием и передача мяча снизу двумя руками. Подвижные игры с элементами волейбола.
4	1	ОФП. Передача мяча сверху двумя руками в средней и низкой стойках и после перемещения. Подвижные игры и эстафеты.
5	1	Передача и прием мяча сверху двумя руками после перемещений. Техника приема и передачи мяча снизу двумя руками. Подвижные игры с элементами волейбола.
6	1	ОФП. Прием и передача мяча двумя руками снизу. Ознакомление с основными правилами игры в волейбол.
7	1	Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками. СФП. Подвижные игры с элементами волейбола.
8	1	Развитие быстроты и прыгучести. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками. Введение в начальные игровые ситуации.
9	1	Развитие быстроты и прыгучести. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. Введение в начальные игровые ситуации.
10	1	Физическая подготовка. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками. Подвижные игры с элементами волейбола.
11	1	Развитие быстроты и прыгучести. Совершенствование навыков

		приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками. Нижняя прямая подача.
12	1	Физическая подготовка. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками. Совершенствование навыков нижней прямой подачи мяча.
13	1	Нижняя прямая подача. Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом. Введение в начальные игровые ситуации.
14	1	Нижняя прямая подача мяча. Передачи мяча сверху двумя руками, над собой – на месте и после перемещения различными способами. Введение в начальные игровые ситуации.
15	1	Нижняя прямая подача мяча. Передачи мяча сверху двумя руками, над собой – на месте и после перемещения различными способами. Подвижные игры и эстафеты.
16	1	Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях. Нижняя прямая подача. ОФП.
17	1	Передача мяча двумя руками сверху на месте через сетку. Нижняя прямая подача. Игра «Пионербол» с элементами волейбола.
18	1	Передача мяча над собой. Передача мяча двумя сверху у стены. Игра «Пионербол» с элементами волейбола.
19	1	Передачи мяча сверху двумя руками, над собой – на месте и после перемещения различными способами. Введение в начальные игровые ситуации. Игра «Пионербол» с элементами волейбола.
20	1	Передача мяча двумя руками сверху через сетку с перемещением. Нижняя прямая подача. Игра «Пионербол» с элементами волейбола
21	1	Передача мяча двумя сверху у стены. Нижняя прямая подача. Игра «Пионербол» с элементами волейбола.
22	1	Передача мяча двумя руками сверху и снизу через сетку с перемещением. Нижняя прямая подача. Игра «Пионербол» с элементами волейбола.
23	1	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в разные зоны соперника. Прием подачи. Введение в начальные игровые ситуации.
24	1	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в разные зоны соперника. Прием подачи. Введение в начальные игровые ситуации.

25	1	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в разные зоны соперника. Прием подачи. Введение в начальные игровые ситуации.
26	1	Прием и передача мяча. Нижняя прямая подача по указанным зонам. ОФП.
27	1	Прием и передача мяча. Нижняя прямая подача по указанным зонам. Эстафеты.
28	1	Развитие силовой выносливости. Прием и передача мяча. Нижняя прямая подача по указанным зонам.
29	1	Развитие скорости. Прием и передача мяча. Нижняя прямая подача по указанным зонам.
30	1	Общая и специальная подготовка. Прием подачи. Нижняя прямая подача по указанным зонам.
31	1	Обучение защитным действиям. Совершенствование навыков нижней подачи. Учебная игра
32	1	Защитные действия. Подводящие упражнения для нападающих действий. Учебная игра.
33	1	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча. Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением. Изучение индивидуальных тактических действий в защите.
34	1	Развитие прыгучести. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча. Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением.
35	1	Прямой нападающий удар. Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением. Изучение индивидуальных тактических действий в защите.
36	1	Прямой нападающий удар. Навыки приема и передачи мяча после перемещений и падения. Учебная игра
37	1	Контрольное испытание по общей физической подготовке. Двухсторонняя контрольная игра.
38	1	Развитие специальной ловкости. Упражнения для обучения блокированию. Учебная игра
39	1	Нападающий удар по неподвижному мячу. Упражнения для

		обучения блокированию. Учебно – тренировочная игра в волейбол.
40	1	Прямой нападающий удар. Одиночное блокирование. Учебно – тренировочная игра.
41	1	Развитие прыгучести . Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям в нападении. Учебно – тренировочная игра.
42	1	Совершенствование нападающего удара и приёма мяча снизу. Одиночное блокирование. Двухсторонняя игра.
43	1	Совершенствование нападающего удара и приёма мяча снизу. Одиночное блокирование. Двухсторонняя игра.
44	1	Совершенствование навыков блокирования. Совершенствование навыка прямого нападающего удара. Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям в нападении.
45	1	Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. Учебно – тренировочная игра
46	1	ОФП. Совершенствование навыков защитных действий. Учебная игра
47	1	Круговая тренировка на развитие силовых качеств. Приемы и передачи мяча. Учебная игра
48	1	Развитие силовых качеств посредством подвижных игр с элементами волейбола.
49	1	Совершенствование навыков защитных действий и действия в нападении посредством учебно-тренировочной игры. Круговая тренировка на развитие силовых качеств.
50	1	Совершенствование навыков защитных действий. Совершенствование техники нижней прямой подачи. Обучение командным тактическим действиям в нападении.
51	1	Эстафеты с различными видами спортивных игр. Совершенствование прямого нападающего удара. Развитие прыгучести
52	1	Совершенствование техники нападающего удара и постановки блока. Двухсторонняя игра в волейбол. Подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола
53	1	Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. Учебно – тренировочная игра
54	1	Прыжковая и силовая работа на развитие точных приемов и передач. Учебно-тренировочная игра

55	1	Развитие силовых качеств. 2. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите и нападении.
56	1	Совершенствование навыков защитных действий и действия в нападении посредством учебно-тренировочной игры. Круговая тренировка на развитие силовых качеств.
57	1	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча. Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением. Изучение индивидуальных тактических действий в защите.
58	1	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в разные зоны соперника. Прием подачи. Учебно – тренировочная игра.
59	1	Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите и нападении.
60	1	Прыжковая и силовая работа на развитие точных приемов и передач. Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Учебная игра
61	1	Развитие силовых качеств посредством подвижных игр с элементами волейбола.
62	1	Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Учебная игра
63	1	Контрольное испытание по общей физической подготовке. Двухсторонняя контрольная игра.
64	1	Групповые тактические действия в нападении. Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.
65	1	Развитие силовых качеств. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите и нападении.
66	1	групповые тактические действия в нападении. Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.
67	1	Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Учебная игра
68	1	Итоговое занятие. Двухсторонняя игра

Пояснительная записка

8-9 класс

Рабочая программа по физической культуре составлена на основе:

- Федеральный закон «О физической культуре и спорте» от 4 декабря 2007г. №329-ФЗ
- Авторская программа В.И. Ляха: Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха, 6-8 классы, учебное пособие для общеобразовательных организаций, 5-е изд., М.: Просвещение, 2016г.
- Методических рекомендации по составлению рабочих программ общеобразовательных учреждений Московской области / А.В. Шмагина, В.Ф. Солдатов, И.А. Фоменко. - АСОУ, 2014.

Занятия по данной программе проводятся в форме урока, 1 раз в неделю, итого 34 часа за учебный год в соответствии с образовательной программой.

Цель внеурочных форм занятий состоит в том, чтобы на основе интересов и склонностей учащихся углубить знания, расширить и закрепить арсенал двигательных умений и навыков в конкретных видах спорта, достигнуть более высокого уровня развития двигательных способностей, нравственных качеств, приобщить учащихся к регулярным тренировкам.

Задачи обучения:

- формирование здорового жизненного стиля и реализация индивидуальных способностей каждого ученика;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций;
- расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта;
- активизировать двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни;
- воспитывать моральные и волевые качества обучающихся;
- способствовать формированию навыков самоорганизации.

Общая характеристика программы

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

Каждая тема состоит из теоретической и практической части. Теоретическая часть включает в себя объяснение педагогом необходимых теоретических понятий, беседу с учащимися, показ подвижных игр и упражнений. В данной программе не предусматривается проведение специальных теоретических занятий. Изучение теории вплетается в содержание каждого учебного занятия. Практическая часть более чем на 90 % представлена практическими действиями - физическими упражнениями и подвижными играми.

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета

Ценностные ориентиры общего образования направлены на развитие личности обучающихся средствами и методами физической культуры, на усвоение универсальных жизненно важных двигательных действий, на познание окружающего мира. Материал программы направлен на реализацию приоритетных задач образования — формирование всестороннего гармоничного развития личности при образовательной, оздоровительной и воспитательной направленности; на реализацию творческих способностей обучающихся, их физическое совершенствование, а также развитие основных двигательных (физических) жизненно важных качеств — гибкости, ловкости, быстроты движений, мышечной силы и

выносливости. Учебный материал позволяет сформировать у школьников научно обоснованное отношение к окружающему миру, с опорой на предметные, метапредметные результаты и личностные требования. Ценностные ориентиры общего образования конкретизируют личностный, социальный и государственный заказ системе образования и отражают следующие целевые установки системы начального общего образования: формирование психологических условий развития общения, сотрудничества.

Реализация ценностных ориентиров общего образования отображаются в единстве процессов обучения и воспитания, познавательного и личностного развития обучающихся на основе формирования общих учебных умений, обобщенных способов действия обеспечивает высокую эффективность решения жизненных задач и возможность саморазвития обучающихся.

Результаты обучения и усвоения содержания курса.

По окончании изучения курса «Подвижные игры» в 6 классе должны быть достигнуты определенные результаты.

Личностные результаты - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.

Метапредметные результаты - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; управление эмоциями.

Предметные результаты - выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности; организация и проведение со сверстниками подвижных игр и элементов соревнований, осуществление объективного судейства.

Контроль и оценка результатов деятельности Обучающийся научиться:

Активно играть, самостоятельно находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели.

знать:

- о способах и особенностях движения и передвижений человека;
- о системе дыхания; работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
- об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закалывающих процедур, профилактике нарушения осанки;
- о причинах травматизма и правилах его предупреждения;

уметь:

- составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки;
- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;
- уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий.

Ожидаемый результат:

- у выпускника основной школы должна быть выработана потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- сформировано начальное представление о культуре движения; - младший школьник сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;
- умение работать в коллективе.

Принципы ведения занятий физической культурой с учащимися разных медицинских групп.

Система физического воспитания, объединяющая все формы занятий физическими упражнениями, должна способствовать укреплению здоровья, совершенствованию физических качеств, социализации ученика в обществе, формированию духовных ценностей ребенка.

В целях дифференцированного подхода к организации внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры на основе спортивных игр» все обучающиеся в зависимости от состояния здоровья делятся на **три группы: основную, подготовительную и специальную медицинскую**. На основании данных о состоянии здоровья (заключительный диагноз и сопутствующие заболевания, уровень физического развития и функционального состояния организма) для занятий физической культурой и спортом обучающиеся распределяются на три медицинские группы.

К *основной* медицинской группе относятся обучающиеся: без отклонений в состоянии здоровья и физическом развитии, с незначительными, чаще функциональными отклонениями, но не отстающие в физическом развитии.

К *подготовительной* медицинской группе относятся обучающиеся, имеющие морфофункциональные отклонения и хронические заболевания. Этой категории обучающихся разрешается заниматься физической культурой по программе для основной группы с учетом некоторых ограничений в объеме и интенсивности физических нагрузок.

Обучающиеся, которые на основании медицинского заключения о состоянии их здоровья не могут заниматься физической культурой по программе для основной или подготовительной групп, относятся к *специальной* медицинской группе.

Все учащиеся подготовительной медицинской группы должны полностью овладеть двигательными умениями и навыками, предусмотренными школьной программой по физической культуре. Цель физического воспитания детей подготовительной группы здоровья состоит в том, чтобы повысить их физическую подготовленность до нормального уровня. Решающее значение следует отдавать методам обучения, которые должны использоваться с учетом индивидуальных особенностей занимающихся. Занятия физической культурой для детей, отнесенных к СМГ, являются обязательными и включаются в структуру общей учебной нагрузки учащегося.

Все обучающиеся, в том числе с ограниченными возможностями здоровья, должны посещать уроки (занятия) по физической культуре с учетом медицинской группы, к которой они относятся. Уроки можно проводить совместно со всем классом, но учащихся подготовительной и специальной группы надо выделять и давать им более легкие задания.

В рамках *спецмедгруппы* выделяют подгруппу А с отклонениями в состоянии здоровья постоянного или временного характера (после травм и перенесенных заболеваний), требующими ограничения объема и интенсивности физических нагрузок, но допускающими выполнение учебной программы по физической культуре в учебных заведениях в щадящем режиме.

Подгруппа Б - дети, имеющие значительные отклонения в состоянии здоровья постоянного или временного характера, в том числе серьезные хронические заболевания, требующие существенного ограничения объема и интенсивности физических нагрузок. Учащиеся, отнесенные к подгруппе Б, занимаются физической культурой в поликлинике, врачебно-физкультурном диспансере.

Физическое воспитание детей основной, подготовительной, специальной групп проходит вместе, но для последних групп нагрузку ограничивают за счет сокращения кратности повторений, замены трудных движений более легкими, облегчения исходного положения.

Тестовые испытания и участие в спортивно-массовых мероприятиях учащихся, отнесенных к подготовительной группе здоровья, разрешается лишь после дополнительного медицинского осмотра.

На занятиях внеурочной деятельностью по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры на основе спортивных игр» с учащимися подготовительной и специальной медицинской группы следует сокращать количество повторений, давать индивидуальные задания, наиболее сложные упражнения чередовать с дыхательными, игры проводить без быстрого передвижения, игра в команде короткий промежуток времени со своевременной заменой через 5 минут, с увеличенным интервалом отдыха.

Они освобождаются от всех видов соревнований, от выполнения упражнений на максимальный результат. Общие со школьниками из основной группы упражнения учащиеся подготовительной и специальной медицинской группы должны выполнять в меньшей дозировке.

Содержание программы

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических качеств. Это способствует появлению желания общения с другими людьми, занятиям спортом, интеллектуальными видами деятельности, формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры обучающиеся учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма - это возможность научить обучающихся автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Подвижная игра - естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. Исполон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений. Проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе.

Подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Они нравятся практически всем школьникам без исключения, так как способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

По содержанию все подвижные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

Игра как средство воспитания.

Развитие подвижных игр в воспитательных целях связано с образом жизни людей. В играх отражаются особенности психического склада народностей, идеология, воспитание, уровень культуры и достижения науки. Кроме того, некоторые игры приобретают определённый оттенок в зависимости от географических и климатических условий.

Игра в жизни ребёнка.

Игры предшествуют трудовой деятельности ребёнка. Он начинает играть до того, как научиться выполнять хотя бы простейшие трудовые процессы.

Таким образом, игровая деятельность не является врождённой способностью с свойственной младенцу с первых дней его существования. Предпосылками игровой деятельности в онтогенезе служат рефлексы. Двигательная игровая деятельность возникает в жизни ребёнка условно - рефлексорным путём, при тесной взаимосвязи первой и второй сигнальных систем. Она формируется и развивается в результате общения ребёнка с внешним миром. При этом большое значение имеет воспитание как организованный педагогический процесс.

Оздоровительное значение подвижных игр.

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ, С УКАЗАНИЕМ ФОРМ ОРГАНИЗАЦИИ И ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

№	Название раздела	Общее количество часов
1	Подвижные игры на основе легкой атлетики	10
2	Подвижные игры с элементами баскетбола	12
3	Подвижные игры на материале гимнастики	10
4	Подвижные игры на свежем воздухе «Зимние забавы»	8
5	Народные игры	10
6	Подвижные игры с элементами волейбола	10
7	Подвижные игры с элементами футбола	8

Перечень учебно-методического обеспечения

Реквизиты программы:

Авторская программа В.И. Ляха: Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха, 5-7 классы, учебное пособие для общеобразовательных организаций, 5-е изд., М.: Просвещение, 2016 г.

Учебно-методический комплект учителя:

1. Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 1998 г.
2. Кереман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» М.: Просвещение, 1989 г.
3. «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2005 г. «Поурочные разработки по физкультуре. 6 классы. 4. Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. 2 издание исп. М.: ВАКО, 2005 г
5. Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008
6. Видякин М.В. «Внеклассные мероприятия по физкультуре в средней школе» Волгоград. Учитель, 2008
7. Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2006 г.

Оборудование:

Спортивные площадки:

- спортивная площадка
- спортивный городок (турник, скамья для пресса, рукоход, лабиринт)

Спортивный инвентарь:

- мячи футбольные, резиновые разного диаметра, теннисные, баскетбольные,
- гимнастические маты, гимнастические коврики,
- гимнастические скамейки, шведские стенки,
- лыжи,
- гантели, скакалки, обручи, кегли, эстафетные палочки, канат