

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Алтайского края**

**Комитет по образованию города Барнаула**

**МБОУ "СОШ №76"**

РАССМОТРЕНО

Педагогическим советом

\_\_\_\_\_  
Протокол №16  
от «22» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

\_\_\_\_\_  
Кочкина И.Н  
Приказ №83/1  
от «22» августа 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**Учебного курса «Игровик » для 5-хклассов**

Количество часов: 34

В неделю: 1 часа.

ФИО учителя: Ильиных Ольга Павловна

г. Барнаул 2024г

## Пояснительная записка для учебного курса «Игровик», для 5х классов

**Личностными результатами** программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладения и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

**Метапредметными результатами** программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

### 1. Регулятивные УУД:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

### 2. Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
  - перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
  - преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

### 3. Коммуникативные УУД:

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

#### **Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:**

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие.

- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;
- развитие физических способностей;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
- развитие психических и нравственных качеств;
- повышение социальной и трудовой активности; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

#### **Содержание учебного курса**

##### **Количество часов, отводимых на реализацию программы:**

На изучение учебного курса «Игровик» в 5 классе выделяется 34 ч. (1 ч. в неделю, 35 учебных недели).

«Баскетбол» 10ч. Теория. Баскетбол: техника безопасности. Стойки и перемещения баскетболиста. Остановки: «Прыжком», «В два шага». Передачи, ловля, ведение, броски мяча.

«Волейбол» 14ч. Теория. техника безопасности. Перемещения, передачи, прием мяча, Нижняя прямая подача с середины площадки. Подвижные игры и эстафеты.

«Фотбол» 4ч. Правила безопасного поведения при проведении занятий.

Стойки и перемещения, Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов Передачи мяча.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 класс «Игровик»**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование разделов и тем программы</b>	<b>Количество часов</b>
<b>1</b>	<b>Баскетбол</b>	<b>10</b>
<b>2</b>	<b>Волейбол</b>	<b>14</b>
<b>3</b>	<b>Футбол</b>	<b>4</b>
<b>4</b>	<b>Национальные виды «Русская лапта»</b>	<b>6</b>
<b>Всего часов</b>		<b>34</b>

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 класс**

№ п/п	Темаурока	Коли чество часов	Дата проведения	
			план	факт
1	Баскетбол: техника безопасности. Стойки и перемещения баскетболиста	1	06.09	
2	Остановки: «Прыжком», «В два шага»	1	13.09	
3	Остановки: «Прыжком», «В два шага»	1	20.09	
4	Остановки: «Прыжком», «В два шага»	1	27.09	
5	Передачимяча	1	04.10	
6	Ловлямяча	1	11.10	
7	Ведениемяча	1	18.10	
8	Броски в кольцо.	1	25.10	
9	Броски в кольцо	1	08.11	
10	Подвижныеигры	1	15.11	
11	Перемещения.	1	22.11	
12	Передачамяча	1	29.11	
13	Передачамяча	1	06.12	
14	Нижняя прямая подача с середины площадки	1	13.12	
15	Нижняя прямая подача с середины площадки	1	20.12	
16	Нижняя прямая подача с середины площадки	1	27.12	
17	Приеммяча	1	10.01	
18	Приеммяча	1	17.01	
19	Приеммяча	1	24.01	
20	Подвижныеигры и эстафеты	1	31.01	
21	Подвижныеигры и эстафеты	1	07.02	

22	Подвижные игры и эстафеты	1	14.02	
23	Подвижные игры и эстафеты	1	21.02	
24	Подвижные игры и эстафеты	1	28.02	
25	Стойки и перемещения.	1	07.03	
26	Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов	1	14.03	
27	Удар внутренней стороной стопы по мячу, катящемуся на встречу	1	21.03	
28	Передача мяча	1	04.04	
29	Игра «Русская лапта»	1	11.04	
30	Игра «Русская лапта»	1	18.04	
31	Игра «Русская лапта»	1	25.04	
32	Игра «Русская лапта»	1	16.05	
33	Игра «Русская лапта»	1	23.05	
34	Игра «Русская лапта»	1	30.05	
<b>ВСЕГО ЧАСОВ</b>		34		

Комитет по образованию города Барнаула  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 76»

РАССМОТРЕНО И  
ПРИНЯТО  
ПЕДАГОГИЧЕСКИМ  
СОВЕТОМ  
Протокол № 16  
От « 22 » августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Приказ № 83/1  
от « 22 » августа 2024 г.

---

И.Н. Кочкина

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по учебному курсу «\_Игровик » для 9 -х классов

( \_9а,9б, 9в,9г класс)

Основного общего образование

Базовый уровень

на 2024/2025 учебный год

Количество часов: 16

В неделю: 0,5ч

Авторская программа: Авторской программы Т.В.Петрова, Ю.А.Копылов, Н.В.Полянская, С.С.Петров (Программа курса «Физическая культура». 5—9 классы (основная школа) / Т.В.Петрова -2-е изд.,перераб.-- М.: Вентана-Граф, 2017).

**Учебник 5-9 классы.** Под редакцией Т.В.Петрова (М.: Вентана-Граф, 2017

ФИО учителя: Лондаренко Наталья Игоревна

**1. Пояснительная записка**

## **1. Пояснительная записка**

### ***1.1. Определение места и роли курса внеурочной деятельности в учебном плане***

Курс внеурочной деятельности «Игровик» является элементом части, формируемой участниками образовательного процесса учебного плана. Данная рабочая программа внеурочной деятельности разработана для учащихся 9-х классов общеобразовательной школы и направлена на реализацию **спортивно-оздоровительного направления**. Данная рабочая программа рассчитана на 16 учебных часа (занятия) из расчета 0,5 ч в неделю.

Программа реализуется на занятии, которое проводится один раз в неделю.

Сроки реализации рабочей программы: 1 учебный год (2023 - 2024)

В основе принципов создания программы лежит **концепция** личностного и деятельностного подходов, оптимизации и интенсификации учебно-воспитательного процесса.

Программа по физической культуре, направлена на:

- реализацию учебного материала в соответствии с возрастными особенностями учащихся, материально - технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивная пришкольная площадка), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения .
- соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор, и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
- расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

### ***1.3. Цели и задачи, решаемые при реализации рабочей программы***

Программа внеурочной деятельности по спортивно - оздоровительному направлению «Игровик» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и является неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса. 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.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья обучающихся, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

**Цель программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению** является формирование у учащихся восьмых классов основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности, что соответствует цели физического воспитания учащихся по базовому компоненту. Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактику плоскостопия; содействие гармоническому физическому развитию, выработку устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды;
- овладение «школой движений»;
- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости 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, снарядах и инвентаре, о соблюдении 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 во время выполнения физических упражнений,

содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

#### ***1.4. Количество часов, отводимых на реализацию программы***

На изучение курса внеурочной деятельности «Игровик» в 9 классе выделяется 16 ч. (0,5 ч в неделю, 34 учебных недели)

#### ***1.5. Изменения элементов авторской программы, внесённые в рабочую программу; обоснование их целесообразности***

Содержание программы отобрано в соответствии: с бюджетом учебного времени, выделяемым в учебном плане на изучение обязательного учебного предмета (физическая культура), — 2 ч в неделю и 0,5 ч дополнительного времени по интересам (внеурочная деятельность).

## **2. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности**

Принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т. е. 40 минут. Реализация данной программы в рамках внеурочной деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке обучающихся.

Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке. Организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

существенное воздействие на развитие прежде всего координационных способностей.

### **В данной программе использованы следующие методы и формы обучения:**

- **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.

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 результаты.

*Личностные результаты* обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей; *предметные* – через формирование основных элементов научного знания, а *метапредметные* результаты – через универсальные учебные действия (далее УУД).

**Личностные результаты** отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:

- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

**Метапредметные результаты:**

- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;
- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;
- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

**Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:**

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

**Предметные результаты:** Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся **должны знать:**

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепления здоровья;
- свои права и права других людей;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

**должны уметь:**

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся **смогут получить знания:**

- значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми;
- названия разучиваемых технических приёмов игр и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;

- основное содержание правил соревнований по спортивным играм;
- жесты судьи спортивных игр;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами спортивных игр;

#### **могут научиться:**

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях спортивными играми;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях спортивными играми;
- играть в спортивные игры с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты судьи спортивных игр;
- проводить судейство спортивных игр.

### **ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
- развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;
- приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;
- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- воспитание нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.
- воспитание ценностных ориентации на физическое и духовное совершенствование личности,
- формирование у учащихся потребностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств,
- формирование гуманистических отношений, приобретение опыта общения.

#### **Способы проверки результатов**

- диагностика уровня воспитанности (ежегодно)
- мониторинг личностного развития воспитанников (ежегодно)
- социометрические исследования (ежегодно)
- диагностирование уровня физического развития, функциональных возможностей детей (ежегодно);

- тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков (ежегодно);
- анкетирование;
- участие в соревнованиях;
- сохранность контингента;
- анализ уровня заболеваемости воспитанников.

### **3. Содержание курса внеурочной деятельности:**

включает в себя:

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

**-лёгкоатлетические упражнения.** Бег, прыжки и метания, будучи естественными видами движений, занимают одно из главных мест в физическом воспитании школьников, отличаются большой вариативностью выполнения и применения в различных условиях, поэтому они оказывают существенное воздействие на развитие прежде всего координационных способностей.

**В данной программе использованы следующие методы и формы обучения:**

- **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.

### Поурочное планирование 9 класс Игровик

№	тема	кол- во часов	дата проведения	
			По плану	По факту
	I четверть 4 ч			
1	Техника безопасности по баскетболу. Стойки и перемещения баскетболиста	1	14.09	
2	Остановки в баскетболе: «Прыжком», «В два шага»	1	28.09	
3.	Передачи мяча от груди, от плеча, из-за головы, с отскоком мяча от пола одной и двумя руками.	1	12.10	
4.	Броски в кольцо, с места, в движении	1	26.10	
	II четверть 4 ч			
5	Броски в кольцо, с места, в движении	1	09.11	
6	Подвижные игры	1	23.11	
7	Подвижные игры	1	07.12	
8	Волейбол. Передача мяча	1	21.12	
	III четверть 5 ч			
9	Передача мяча	1	18.01	
10	Нижняя прямая подача с середины площадки, верхняя прямая подача	1	01.02	
11	Приём и передача мяча двумя руками снизу. Учебная игра	1	15.02	
12	Приём и передача мяча двумя руками снизу, сверху двумя. Учебная игра	1	29.02	
13	Футбол: Стойки и перемещения	1	14.03	
	IV четверть 3ч			
14	Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов	1	11.04	
15	Подвижные игры. Учебная игра по упрощенным правилам.	1	25.04	
16	Подвижные игры. Учебная игра по упрощенным правилам.	1	23.05	

