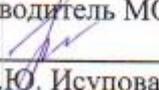


МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«БОЛЬШЕОКИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

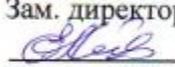
РАССМОТРЕНО

Заседание ШМО учителей
естественно-математического
цикла
МКОУ «Большеокинская СОШ»
Протокол № 1
от «30» августа 2018 г.
Руководитель МО


/Н.Ю. Исупова/

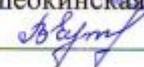
СОГЛАСОВАНО

Заседание МС МКОУ
Большеокинская СОШ»
Протокол № 1
от «31» августа 2018 г.
Зам. директора по УВР


/Е.В. Ахметова/

УТВЕРЖДАЮ

Приказ № 43
от «03» сентября 2018 г.
Директор МКОУ
«Большеокинская СОШ»


/В.М. Чучупал/

**Рабочая программа внеурочной деятельности по
физической культуре
«Спортивные игры»**

для обучающихся 5-6-7-8 классов
на 2018 – 2019 учебный год

Разработал:

Тарарева Наталья Сергеевна,
учитель физической культуры
1 квалификационной категории

2018 год

Данная рабочая программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» для обучающихся 5-8 классов разработана на основе требований к результатам освоения ООП ООО МКОУ «Большеокинская СОШ» в соответствии с ФГОС ООО.

Планируемые результаты освоения учебного предмета

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:

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

Содержание программы

Лапта

Основы знаний. Лапта – игра для всех. Т.Б. Физические упражнения. Основные линии разметки игрового поля. Правила игры. Броски мяча. Ловля передачи мяча. Особенности удара битой. Особенности передвижения во время игры в лапту.

Волейбол

Т.Б. Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи двумя руками сверху в парах. Передачи мяча над собой. Тоже через сетку. Нижняя подача. Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки. Верхняя передача мяча. Прием мяча снизу. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Подвижные игры и эстафеты.

Баскетбол

Т.Б. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника. Ловля и передача мяча «В два шага». Бросок мяча одной и двумя руками с места и в движении. Ведение мяча правой и левой рукой. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой на месте и в движении.

Бросок мяча одной и двумя руками с места и в движении. Индивидуальные и групповые атакующие защитные действия. Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника. Индивидуальные и групповые атакующие и защитные действия. Двусторонняя игра.

Футбол

Т.Б. Стойки и перемещения игрока. Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов. Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма, с места, с одного-двух шагов. Вбрасывание из-за «боковой» линии. Удар внутренней и средней частью подъёма. Передачи мяча. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы, передней частью подъёма и подошвой. Передачи мяча в парах. Ведение мяча носком и наружной стороной стопы. Ловля и отбивание мяча вратарем. Двусторонняя игра.

Формы проведения занятий и виды деятельности

Однонаправленные занятия

Посвящены только одному из компонентов подготовки: техническому, тактическому или физическому.

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 двусторонней игре по упрощённым правилам, с соблюдением основных правил.

Контрольные занятия

Приём нормативов у обучающихся, выполнение контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности обучающихся

Тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	часы
Лапта (8 ч.)		
1.	Инструктаж по Т.Б. История возникновения и развития игры «Лапта». Меры безопасности при игре.	1
2. 3.	Правила игры. Подготовка состава команд. Разминка. Изучение правил игры.	2
4.	Особенности правил игры в лапту. Броски мяча.	1
5.	Ловля передачи мяча.	1
6.	Особенности удара битой.	1
7.	Особенности передвижения во время игры в лапту.	1
8.	Игра в лапту.	1
Волейбол (10 ч.)		
9.	Инструктаж по Т.Б. Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.	1
10. 11.	Передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи двумя руками сверху в парах. Передачи мяча над собой. Тоже через сетку.	2
12.	Нижняя подача.	1

13.	Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки. Верхняя передача мяча.	1
14.	Прием мяча снизу.	1
15. 16.	Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку.	2
17. 18.	Подвижные игры и эстафеты.	2
Баскетбол(8 ч.)		
19.	Инструктаж по Т.Б. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника.	1
20.	Ловля и передача мяча «В два шага». Бросок мяча одной и двумя руками с места и в движении. Ведение мяча правой и левой рукой.	1
21. 22.	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой на месте и в движении.	2
23.	Бросок мяча одной и двумя руками с места и в движении.	1
24.	Индивидуальные и групповые атакующие защитные действия.	1
25.	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника.	1
26.	Индивидуальные и групповые атакующие и защитные действия. Двусторонняя игра.	1
Футбол (8 ч.)		
27.	Инструкция по Т.Б. Стойки и перемещения игрока	1
28. 29.	Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов.	2
30.	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема, с места, с одного-двух шагов.	1
31.	Вбрасывание из-за «боковой» линии	1
32.	Удар внутренней и средней частью подъема.	1
33.	Передачи мяча. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы, передней частью подъема и подошвой. Передачи мяча в парах.	1
34.	Ведение мяча носком и наружной стороной стопы. Ловля и отбивание мяча вратарем. Двусторонняя игра.	1