

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ДЕПАРТАМЕНТ ВОЛОГОДСКОЙ ОБЛАСТИ
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ НИКОЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 2 г. Никольска»

Рассмотрено согласовано Методическим советом школы от «29» августа 2023 года Протокол № 1	Принято Педагогическим советом школы от «30» августа 2023 года Протокол № 1	Утверждено приказом директора от 30 августа 2023 года № 221/01-02
---	--	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Рабочая программа
по внеурочной деятельности
«Подвижные игры»
для 7 классов
на 2023-2024 учебные годы

Никольск, 2023

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ДЕПАРТАМЕНТ ВОЛОГОДСКОЙ ОБЛАСТИ
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ НИКОЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 2 г. Никольска»

Рассмотрено согласовано Методическим советом школы от «29» августа 2023 года Протокол № 1	Принято Педагогическим советом школы от «30» августа 2023 года Протокол № 1	Утверждено приказом директора от 30 августа 2023 года № 221/01-02
--	--	--

Рабочая программа
по внеурочной деятельности
«Подвижные игры».
для 7 классов
на 2023-2024 учебные годы

Никольск, 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта общего образования;

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с последующими изменениями);
- приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (с последующими изменениями) – далее ФГОС ООО;
- Примерная основная образовательная программа основного общего образования, одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 08.04.2015 № 1/15, в ред. от 28.10.2015 № 3/15);
- приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (в ред. приказа Минпросвещения России от 11.12.2020 № 712) – далее ФГОС ООО;
- приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (приказ вступает в силу с 01.09.2021 и действует до 01.09.2027);
- приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 20.05.2020 № 254 «О федеральном перечне учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» (в ред. приказа от 23.12.2020 № 766) – далее Федеральный перечень учебников;
- приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

Концепция, утвержденная решением коллегии Минпросвещения России от 24.12.2018, протокол № ПК-1вн:

- Концепция преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы;

Концепция, утвержденная решением коллегии Минпросвещения России от 03.12.2019, протокол № ПК-4вн:

- План мероприятий по реализации Концепции преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы, утвержден приказом Минпросвещения России от 25.11.2019 № 636;

План мероприятий по реализации Концепции преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Вологодской области, реализующих основные общеобразовательные программы, на 2020-2024 годы, утвержденной на заседании Коллегии Министерства просвещения Российской Федерации 24 декабря 2018 года, утвержденный заместителем начальника Департамента образования Вологодской области 13.04.2020;

Положения «О рабочей программе по учебному предмету, курсу в МБОУ «СОШ №2

г.Никольска» (ФГОС) от от 31 августа 2017 года №95/ 01-02.
Программа рассчитана на 34 занятия для обучающихся 7 класс

Цель программы: оптимизировать двигательную активность школьников во внеурочное время.

Достижение поставленной цели связывается с решением следующих задач:

- 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;
- 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.

Образовательный процесс в условиях меняющегося современного мира постоянно усложняется и требует от учащихся большого умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к школе обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, достаточно высокий уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать значительные психофизические нагрузки, связанные с новым — школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, поступающих в первый класс, а также дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему для образовательной практики.

Многообразие двигательных действий, входящих в состав подвижных игр, оказывает комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей (способностей к реакции, ориентированию в пространстве и во времени, перестроению двигательных действий, скоростных и скоростно-силовых способностей и др.).

Подвижные игры способствуют объединению коллектива, массовому охвату детей физическими упражнениями, являются замечательным средством всестороннего физического развития.

Раздел «Подвижные игры» образовательной программы пересекается с задачами, которые ставятся для выполнения детьми на уроках физической культуры.

Программный материал по подвижным играм сгруппирован по преимущественному воздействию их на соответствующие двигательные способности и умения. После освоения базового варианта игры рекомендуется варьировать условия проведения, число участников, инвентарь, время проведения игры и др.

Все игры подобраны с учетом возрастных и психологических особенностей детей данного возраста.

Ценностные ориентиры содержания курса спортивно-оздоровительного направления.

Содержание курса спортивно-оздоровительного направления направлено на воспитание высоко нравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения

собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

Тематический план

спортивно-оздоровительного направления

№ п/п	Разделы	7 класс
		часы
1	Игры с элементами легкой атлетики	15
2	Игры с элементами ритмической гимнастики	7
3	Игры с элементами спортивных игр	6
4	Игры с элементами лыжной подготовки	6
	Всего часов	34

Содержание программы

спортивно-оздоровительного направления

6 класс (34 часа)

Игры с элементами спортивных игр:

1. Легкая атлетика – 15 занятий

Ученики приобретают основы умений бега на короткие и длинные дистанции, прыжков в длину и высоту с места и с разбега, метаний в цель и на дальность. Бег, прыжки и метания отличаются большой вариативностью выполнения и применения в различных условиях.

2. Ритмическая гимнастика – 7 занятий

Игры с элементами ритмической гимнастики способствуют формированию навыка правильной осанки у детей младшего школьного возраста. Музыкально-ритмическая деятельность направлена на воспитание эстетических, физических, нравственных и умственных качеств, развивается познавательный интерес, память, вырабатывается устойчивость произвольного внимания, совершенствуется творческая активность.

3. лыжная подготовка – 6 занятий

Развитие разнообразных двигательных способностей и совершенствование умений, развитие творчества, воображения, внимания, воспитание инициативности, самостоятельности действий.

4. подвижные игры - 6 занятий устойчивость произвольного внимания, совершенствуется творческая активность.

Тематическое планирование

№	тема занятия	кол-во часов	Реализация воспитательного потенциала
1	игры с элементами легкой атлетики «Метатели»	1	<p>Соревновательный и игровой метод; групповая работа;</p> <p>беседа;</p> <p>взаимоотношение между игроками другой команды;</p> <p>диалог по результатам игры;</p> <p>работа в парах;</p> <p>обсуждение проблемной ситуации</p> <p>Соревновательный и игровой метод;</p>
2	игра «Пустое место»	1	
3	игра « У ребят порядок строгий»	1	
4	игра «К своим флажкам»	1	
5	игра «Прыгающие воробушки»	1	
6	Веселые старты «Лабиринт»	1	
7	«Прыжки по полосам»	1	
8	«Играй, играй, мяч не теряй»	1	
9	Прыжки в длину и высоту с прямого разбега	1	
10	ритмическая гимнастика с играми «Исправь осанку»»»	1	
11	Упражнения на согласованность движений с музыкой	1	
12	игра «Зайцы в огороде»	1	
13	Разучивание комплекса ритмических упражнений с лентой «Осенний лес»	1	
14	Ритмические упражнения с обручами	1	
15	игра «Верёвочка под ногами»	1	
16	«Гимнасты»	1	
17	Игровая кроссовая подготовка Бег по разному грунту	1	
18	Поворот переступанием	1	

19	игра «Защита укрепления»	1	<p>групповая работа;</p> <p>беседа;</p> <p>взаимоотношение между игроками другой команды;</p> <p>диалог по результатам игры;</p> <p>работа в парах;</p> <p>обсуждение проблемной ситуации</p>
20	игра «Перевозка груза»	1	
21	игры на развитие скорости «Верхом на клюшке»	1	
22	игра – соревнование «Не уступлю горку!»	1	
23	подвижные игры игры на внимание и быстроту «Поезд»	1	
24,25	игры с прыжками и бегом «Прыгуны и пятнашки»	2	
26,27,28	«Веселые старты» Старт группами Командный бег	3	
29	«Мини- пионербол»	1	
30	Повторение изученных игр	1	
31,32,33	Разучивание игры стритбол	3	
34	Теоретические сведения	1	

Материально – техническое обеспечение

Спортивный инвентарь:

- мячи разных размеров
- кегли
- обручи
- скакалки
- набивные мячи

Учебно-методическое обеспечение и материально - техническое обеспечение.

1.Стандарты второго поколения Примерная программа по учебным предметам часть 2, Москва, «Просвещение», 2010

2. В.И.Лях. Комплексная программа физического воспитания 5-6 классы Москва, «Просвещение», 2013
3. Сборник нормативных документов Физическая культура, Москва, Дрофа, 2011
- 4.А. Ю. Патрекеев. Подвижные игры, - издательство «ВАКО», 2009
5. И.В.Чупаха, Е.З.Пужаева, И.Ю.Соколова. Здоровьесберегающие технологии, Москва, Илекса,2012