

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Межовская средняя общеобразовательная школа

РАССМОТРЕННО
на ШМО

Руководитель *М.А.* /Е.В. Коломыченко/
«24» августа 2020 г.

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по УВР

Л.С. /Л.С. Ваак/
«25» августа 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ
И. о. директора школы

Приказ
«25» августа 2020 г.



Рабочая программа по внеурочной деятельности
«Спортивные игры»
(спортивно-оздоровительное направление)
5-6 класс

учителя Васильева С.И.

с.Межово
Красноярского края
2020 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению для 5-6 класса разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, примерной основной образовательной программой основного общего образования, авторской программы «Комплексная программа физического воспитания 1-11 классы» В.И. Лях М: Просвещение 2012 г.

Обучение ведется по УМК: учебник Физическая культура 5-7 классы В.И. Лях М: Просвещение 2012 г.

Рабочая программа составлена на основе раздела программы волейбольной подготовки, для освоения программы выделяется 34 часа по 1 часу в неделю.

Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты

- положительное отношение к занятиям физкультурой, интерес к отдельным видам спортивно-оздоровительной деятельности;
- интерес к различным видам физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности;
- способность к самооценке на основе критериев успешности учебной и физкультурной деятельности посредством определения уровня развития физических качеств;
- эмоциональное восприятие образа Родины, представление о ее героях-спортсменах;
- чувство сопричастности и гордости за свою Родину через знакомство с современными олимпийскими играми и спортивными традициями;
- основа для развития чувства прекрасного через знакомство с эстетическими видами спорта;
- уважение к чувствам и настроениям другого человека, доброжелательное отношение к людям через командные упражнения и подвижные игры;
- представления о физической красоте человека через знакомство с физкультурно-оздоровительной деятельностью;
- формирование эстетических идеалов, чувства прекрасного; умения видеть красоту, используя методы определения качества техники выполнения движений;
- установка на здоровый образ жизни;

Метапредметные результаты

Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного усвоения беговых упражнений, соблюдать правила безопасности;

Понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;

Бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющие ограниченные возможности и нарушение состояния здоровья;

Уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности.

принимать технологию или методику обучения и воспитания физических качеств указанную учителем, в учебном процессе;

принимать и учитывать методические указания учителя в процессе повторения ранее изученных движений и в процессе изучения нового материала;

планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей, учитывая свои возможности и условия её реализации;

осуществлять контроль за техникой выполнения упражнений физкультурно-оздоровительной деятельности;

оценивать правильность выполнения движений и упражнений спортивно-оздоровительной деятельности на уровне оценки соответствия их техническим требованиям и правилам безопасности;

адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей;

проводить самоанализ выполненных упражнений на основе знаний техники упражнения;

Содержание курса

Основы знаний.

Знать: Правила игры в волейбол. Правила соревнований по волейболу. Влияние возрастных особенностей организма и его двигательной функции на развитие и физическую подготовленность школьников. Опорно-двигательный аппарат и мышечная система, их роль в осуществлении двигательных действий.

Волейбол

Принимать стойку игрока и выполнять перемещения в стойке. Выполнять прием мяча двумя руками снизу, передачу мяча сверху двумя руками на месте, нижнюю прямую подачу, передачи мяча над собой, передачи мяча в парах, передачи мяча в тройках, передачи мяча через сетку. Играть в волейбол, баскетбол, пионербол, п/и «Охотники и утки».

Тематическое планирование внеурочной деятельности по физической культуре для 5-6 класса.

№	дата		Тема
	план	факт	
1	2.09		Стойка игрока. Прием мяча двумя руками снизу
2	9.09		Прием мяча двумя руками снизу. Челночный бег 4*10м

3	16.09		Перемещения в стойке приставными шагами боком. Прием мяча двумя руками снизу
4	23.09		Прием мяча двумя руками снизу. Игра мини - волейбол
5	30.09		Прием мяча двумя руками снизу. Игра мини - волейбол
6	7.10		Прием мяча двумя руками снизу. Игра мини - волейбол
7	14.10		Прием мяча двумя руками снизу. Игра мини - волейбол
8	21.10		Прием мяча двумя руками снизу. Игра мини - волейбол
9	28.10		Передача мяча сверху двумя руками на месте. Игра «мини - волейбол»
10	18.11		Передача мяча сверху двумя руками на месте Игра «мини-волейбол»
11	25.11		Передача мяча сверху двумя руками на месте Игра «мини-волейбол»
12	2.12		Передача мяча сверху двумя руками на месте Игра «мини-волейбол»
13	9.12		Передача мяча сверху двумя руками на месте Игра «мини-волейбол»
14	16.12		Передача мяча сверху двумя руками на месте
15	23.12		Передача мяча сверху двумя руками на месте Игра «мини-волейбол»
16	30.12		Передачи мяча в парах. Игра «мини-волейбол»
17	13.01		Передачи мяча в парах. Игра «мини-волейбол»
18	20.01		Передачи мяча в парах. Игра «мини-волейбол»
19	27.01		Передачи мяча в парах. Игра «мини-волейбол»
20	3.02		Передачи мяча в парах через сетку. Игра «мини-волейбол»
21	10.02		Передачи мяча в парах через сетку. Игра «мини-волейбол»
22	17.02		Передачи мяча в парах через сетку. Игра «мини-волейбол»
23	24.02		Передачи мяча в парах через сетку. Игра «мини-волейбол»
24	3.03		Нижняя прямая подача. Игра мини - волейбол
25	10.03		Нижняя прямая подача. Игра мини - волейбол
26	17.03		Нижняя прямая подача. Игра мини-волейбол
27	31.03		Подача через сетку на точность. Игра волейбол
28	7.04		Учебная игра 2*2. Игра волейбол
29	14.04		Игра волейбол. Игра баскетбол.
30	21.04		Игра волейбол. Игра баскетбол.
31	28.04		Игра волейбол. Игра баскетбол.
32	5.05		Игра волейбол. Игра баскетбол.
33	12.05		Игра волейбол. Игра баскетбол.
34	19.05		П/А Соревнования по волейболу.