

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Основная общеобразовательная школа №19» города Кирова**

Утверждено:
Директор школы:
_____ Панюшева Л.А.
Приказ № 60 от 30 августа 2023 г.

**Рабочая программа
внеурочной деятельности
«Физкультура для всех»
9 класс
2023-2024 учебный год**

Составитель:

Козлов С.В., учитель физической
культуры МБОУ ООШ №19 г. Кирова

г. Киров, 2023

Рабочая программа внеурочной деятельности «Физкультура для всех» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования (ООП ООО) МБОУ ООШ №19 г. Кирова.

Рабочая программа рассчитана на учащихся 9 класса, для возраста от 14 -16 лет, 1 час в неделю, 34 часа в год.

Направление внеурочной деятельности – занятия направленные на удовлетворение интересов и потребностей обучающихся в физическом развитии, помощь в самореализации, раскрытии и развитии способностей и талантов

Цели курса:

- создание наиболее благоприятных условий для формирования у учеников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.
- приобщение к занятиям спортивными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности.

Задачи:

- обеспечить двигательную активность учеников во внеурочное время;
- профилактика вредных привычек;
- воспитывать у учеников осознанное отношение к необходимости заниматься спортом;
- развивать: коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к играм как к проявлению здорового образа жизни.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

- > личностные результаты - готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки учеников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества;
- > метапредметные результаты - освоенные учащимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- > предметные результаты - освоенный учащимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению.

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

- > Определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- > В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

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

1. Регулятивные УУД:

- > Определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно.
- > Проговаривать последовательность действий.
- > Учить высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, учить работать по

предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность.

- > Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- > Учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.
- > Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

2. Познавательные УУД:

- > Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.
- > Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды.
- > Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

3. Коммуникативные УУД.'

- > Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других.
- > Совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им.
- > Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- > Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- > осознание учащимися 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 учеников, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

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

Предметные результаты

- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (подвижные игры во внеурочное время);
- взаимодействия со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- понимание роли и значения подвижных игр в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- приобретение опыта организации самостоятельных занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;
- овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека

Результат освоения курса: проявление у ребенка техники спортивного мастерства, участие в спортивных соревнованиях, играх, днях здоровья, здоровый образ жизни.

Содержание курса

1раздел: Баскетбол (9 ч) обучить основным техническим приемам игры, ознакомить с тактическими действиями.

2 раздел Пионербол (6ч) обучить основным техническим приемам игры, ознакомить с тактическими действиями.

3 раздел Волейбол (12ч) обучить основным техническим приемам игры, ознакомить с тактическими действиями.

4 раздел Футбол (7ч) обучить основным техническим приемам игры, ознакомить с тактическими действиями. Итоговое занятие обсуждение и анализ занятий.

Основные направления реализации рабочей программы:

-организация и проведение инструктажа по технике безопасности в разных игровых ситуациях;

Алгоритм работы по спортивным играм.

1. Объяснение правил игры.
2. Объяснение техники и тактики игры.
3. Разучивание элементов игры.
4. Проведение игры.

Форма организации занятий: спортивная секция

Виды деятельности: сочетание спортивно- оздоровительной деятельности с игровой деятельностью.

- беседы
- игры
- элементы состязательности
- соревнования
- дни здоровья.

Тематическое планирование

№ п/п	Содержание программы	Всего часов	Дата план	Дата факт
	Мини-Баскетбол	9		
1	Инструктаж по ТБ. Упражнения с баскетбольными мячами. П/и Передача мяча в колоннах, шеренгах	1		
2-3	Упражнения с баскетбольными мячами. Эстафеты с ведением мяча	2		
4	Передвижения, прыжки, остановки, повороты с мячом, финты, заслоны. Игра «10 пасов»	1		
5	Упражнения с мячом по заданию, техника игры в защите. Учебная игра	1		
6-7	Передачи двумя руками от груди, техника игры в защите, учебная игра стритбол			
8	Броски мяча в кольцо. Игра	1		
9	Эстафеты с элементами баскетбола	1		
	Пионербол			
10	Инструктаж по ТБ. Правила игры в пионербол. Передача и ловля мяча двумя руками. Игра	1		
11	Передача мяча различными способами, передача с ударом в пол с места, в прыжке с места и с 2-3 шагов разбега	1		
12	Прямой нападающий удар ч/з сетку с 2-3 шагов разбега (бросок). Игра	1		
13	Передача одной рукой. Игра	1		
14-15	Игра по правилам			
	Мини-Волейбол	12		
16	Инструктаж по ТБ. Стойки и перемещения игроков. Техника передачи мяча снизу-сверху в парах	1		
17	Передача мяча двумя руками сверху после перемещения. П/и	1		

	и «Спираль»			
18	Верхняя, нижняя передача мяча в парах, эстафета с элементами волейбола	1		
19-20	Верхняя, нижняя передача мяча на точность после перемещения. Игра в пионербол	2		
21	Отбивание мяча кулаком ч/з сетку, верхняя, нижняя передачи мяча Игра «Утки-охотники»	1		
22-23	Нижняя прямая подача, передачи мяча в зонах (6-3-4, 6-3-2). Игра по упрощенным правилам	2		
24	Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи мяча. Игра с заданиями	1		
25	Передачи и прием мяча сверху, снизу, техника приема нижней подачи. Пионербол с элементами волейбола	1		
26	Групповые упражнения в приеме и передаче мяча снизу от нижней подачи и передачи. Эстафеты с элементами волейбола	1		
27	Нижняя прямая подача. Игра по упрощенным правилам	1		
	Мини-Футбол	7		
28	Жонглирования футбольным мячом, вверение мяча, обводка	1		
29	Ведение мяча с изменением направления движения, удары по воротам. Эстафета с применением элементов футбола	1		
30-31	Удары по неподвижному мячу, по катящемуся мячу. Игра по упрощенным правилам	2		
32-33	Комбинации из освоенных элементов. Игра по упрощенным правилам	2		
34	Подведение итогов работы, обсуждение и анализ успехов каждого воспитанника	1		
	Итого	34		

Методическое и ресурсное обеспечение программы

Спортивный зал;

Гимнастические скамейки;

Мячи, обручи, кегли, гимнастические палки, скакалки;

Литература

Литература для учителя:

1. Баранцев С.А. Физкультурно-оздоровительная работа в школе. [Текст]/Баранцев С.А. - М. : Просвещение, 1988
2. Былеев Л.В., Сборник подвижных игр. [Текст]/Былеев Л.В.. - М., 1990.
3. Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя. [Текст]/Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. - М. :Просвещение, 2010.
4. Ковалько В.И. Школа физкультминуток. [Текст]/Ковалько В.И..- М., ВАКО, 2005.
5. Покровский Е.А. Русские детские игры. Жребий хороводы, символические игры. - СПб.: Речь , Образовательные проекты. [Текст]/Покровский Е.А..- М.: Сфера, 2010. -144 с.
6. Синяков А.Ф. Правильное питание - залог здоровья. [Текст]/Синяков А.Ф.. - М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, Изд-во ЭКСМО-МАРКЕТ, 2000. - 432с.
7. Степанов П.В., Сизяев С.В., Сафронов Т.С. Программы внеурочной деятельности.

Спортивно-оздоровительная деятельность. [Текст]/Степанов П.В., Сизяев С.В., Сафронов Т.С.. - М., Просвещение, 2011

8. Желуняк М.И., Спортивные игры, М- 2011
 9. Коротков И.П., Подвижные игры в занятиях спортом, М-2012
 10. Васильков Г.А., От игр к спорту, М-2012
 11. Портных Ю.И., Спортивные и подвижные игры , М-2011
 12. Миньков Н.Б., Игры и воспитание способностей,М-2011
- ЭОР: презентации, видеофрагменты.