

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ГОРОД РОСТОВ-НА-ДОНУ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДА РОСТОВА-НА-ДОНУ

«Утверждаю»

Директор

Приказ от « ____ » _____ г. №

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления

ВЕСЕЛЫЙ МЯЧ

Уровень общего образования (класс) - **7 «а», «б», «в».**

Количество часов: 34 **часа**

Учитель **Немазанный Максим Владимирович**

Программа разработана на основе: Методического пособия Внеурочная деятельность учащихся. Веселый мяч. Авторы Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов.М. Просвещение 2013.г

2017 г.

Пояснительная записка

Данная рабочая программа по физической культуре для обучающихся 7 «а», «б», «в», классов разработана на основе:

Образовательная программа внеурочной деятельности «Веселый мяч», имея физкультурно-спортивную направленность, разработана для занятий с детьми в образовательном учреждении, в том числе и для реализации Федеральных образовательных стандартов второго поколения в начальных классах. Настоящая программа раскрывает содержание, структуру и объём курса занятий направленных на повышение уровня физического здоровья, физической подготовленности, а так же развитию интереса к занятиям волейболом и общей культуры личности подрастающего поколения.

Актуальность данной программы в том, что занятия массовым спортом способствуют укреплению здоровья, а ситуация со здоровьем детей и подростков в нашей стране приобрела катастрофический характер, так что об этой проблеме заговорили не только врачи, но и широкая общественность, средства массовой информации. Возросло количество детей употребляющих наркотики, алкоголь, не говоря уже о курении. Нервные расстройства, связанные с чрезмерным увлечением компьютерными играми и просмотром телевизора, увеличивающейся информационной нагрузкой не способствуют укреплению здоровья. Современные условия жизни предъявляют высокие требования к уровню физического развития, работоспособности и защитным свойствам организма. Что скрывается за понятием «здоровый человек»? Сила, гибкость, ловкость, подвижность суставов и растяжка сухожилий, пластика движений, способность управлять собственным телом и волей. Именно эти качества и предусматривает развивать эта образовательная программа внеурочной деятельности.

Педагогическая целесообразность данной программы в том, что подобные действия и необходимую технику базовых и прикладных движений педагог не закладывает принудительно, а ставит их в условия необходимости изучения данного технического действия, чтобы использовать в дальнейшем в играх. Освоение технического действия воспринимается как естественный процесс, необходимый для соблюдения правил игры. Предлагаемые подвижные игры могут использоваться, как для занятий на уроках в начальных классах, так и для работы секции волейбола в системе внеурочной деятельности детей.

Занятия проходят с меньшей напряженностью и большей плотностью, чем в обычных условиях, — все это привлекает на занятия детей. Групповые занятия всегда развивают в детях способность контактировать и находить общий язык со сверстниками. Нет необходимости искать специфические игры можно взять самые распространённые и перестроить их под цели задачи занятия. Перестройка игр происходит по принципу «от простого к сложному» и «от изученного к неизученному». Создается условие для активного участия ребенка в изучении технического арсенала данного вида спорта и поисков решения поставленной перед ним проблемы. Развивая, с помощью игровых заданий, ловкостные и другие двигательные качества мы подготавливаем детей для дальнейших занятий волейболом.

Цель курса : развитие физически здоровой и нравственно полноценной личности через спортивно—оздоровительные занятия с элементами игры в волейбол и пионербол , формирование устойчивых мотивов и потребностей в занятиях физической культурой и спортом.

Задачами курса являются:

1. Развитие основных двигательных качеств и повышение функциональных возможностей организма. Улучшение физической подготовленности обучающихся.
2. Формирование основ здорового образа жизни занимающихся и укрепление здоровья по средствам регулярных занятий, а также соблюдения спортивного режима.
3. Занятость детей во внеурочное время, профилактика правонарушений и асоциального поведения.
4. Воспитание положительных качеств личности: трудолюбия, упорства, целеустремлённости. Создание условий для наиболее полной самореализации личности.
5. Освоение техники базовых и прикладных движений, в том числе присущих волейболистам.
6. Развитие ловкостных двигательных качеств школьника.
7. Отбор перспективных учащихся в спортивные секции.

В результате реализации программы у обучающихся будут сформированы УУД. Личностные результаты.

У учеников будут сформированы:

- установка на безопасный, здоровый образ жизни;
- потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников;
- этические чувства на основе знакомства с культурой русского народа
- уважительное отношение к культуре других народов.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

Обучающийся научится:

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности.

Познавательные УУД:

Обучающийся научится:

- проводить сравнение и классификацию объектов;
- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- проявлять индивидуальные творческие способности.

Коммуникативные УУД:

Обучающийся научится:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.)

Способы проверки результатов — Диагностика здоровья в начале и конце учебного года. Формы подведения итогов реализации программы — участие в спортивно - игровой программе с участием родителей, тест на проверку уровня здоровья.

Учебно-тематический план.

№ п/п	Наименование темы	Количество часов	
		Теория	Практика
1	Подвижные игры и игры-эстафеты на развитие психофизиологических качеств.	1 час	4 часа
2	Игры с элементами спортивных игр.	-	2 часа
3	Проектная работа	-	1 час
4	Русская лапта	1 час	3 часа
5	Игры с элементами спортивной игры волейбол	1 час	4 часа
6	Игры с элементами спортивной игры баскетбол	1 час	4 часа
7	Игры с элементами спортивной игры гандбол.	1 час	4 часа
8	Игры с элементами спортивной игры футбол	1 час	4 часа
9	Народные подвижные игры с мячом во дворе	-	1 час
10	Итоговое занятие по теме «Игры с мячом»	-	1 час
Итого: 34 часа		6 часов	28 часов

Содержание программы

Тематический план занятий «Веселый мяч» для учеников 7-А,7-Б,7-В классов.

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов	Дата планируемая		Дата фактическая		Форма организации учебных занятий	Основные виды учебной деятельности
			7а, б	7в	7а,б	7в		
1	Инструктаж по ТБ Подвижная игра: «Катай мяч».	1	04.09	05.09			вводный урок	проблемная, индивидуальная, фронтальная, по подгруппам
2	Подвижная игра «Гонка мячей по кругу».	1	11.09	12.09			Комбинированный	поисковая, проблемная, фронтальная
3	Подвижная игра «Часовые и разведчики».	1	18.09	19.09			комбинированный	проблемная, фронтальная
4	Подвижная игра «Перелетные птицы»	1	25.09	26.09			комбинированный	проблемная, фронтальная
5	Подвижные эстафеты для воспитания координации движений	1	02.10	03.10			комбинированный	проблемная, фронтальная
Игры с элементами спортивных игр 2ч.								
6	«Горячая картошка»	1	09.10	10.10			комбинированный	проблемная, фронтальная
7	Волейбол.	1	16.10	17.10			комбинированный	проблемная, фронтальная
Проектная работа 1ч.								
8	« История спортивных игр».	1	23.10	24.10			вводный урок	проблемная, по подгруппам
Русская лапта 4ч.								
9	Инструктаж по ТБ. История возникновения игры Русская лапта.	1	13.11	07.11			вводный урок	проблемная, индивидуальная, фронтальная, по подгруппам
10	Правила игры и народные традиции	1	20.11	14.11			изучение нового	фронтальная, индивидуальная

11	Русская лапта	1	27.11	21.11			закрепление и совершенствование ранее изученного	фронтальная, индивидуальная
12	Мини- лапта	1	04.12	28.11			закрепление и совершенствование ранее изученного	фронтальная, индивидуальная
Игры с элементами спортивной игры волейбол 5 ч.								
13	История возникновения волейбола.	1	11.12	05.12			вводный урок	проблемная, индивидуальная, фронтальная, по подгруппам
14	Правила игры в волейбол	1	18.12	12.12			изучение нового	фронтальная, индивидуальная
15	Игровые приемы мяча.	1	25.12	19.12			комбинированной	фронтальная, индивидуальная
16	Передача и подача мяча.	1	15.01	26.12			закрепление и совершенствование ранее изученного	фронтальная, индивидуальная, по подгруппам
17	Учебная игра волейбол	1	22.01	09.01			закрепление и совершенствование ранее изученного	фронтальная, индивидуальная, по подгруппам
Игры с элементами спортивной игры баскетбола 5 ч.								
18	Инструктаж по ТБ. История возникновения баскетбола.	1	29.01	16.01			вводный урок	фронтальная, проблемная
19	Правила игры баскетбол	1	05.02	23.01			изучение нового	фронтальная, индивидуальная

								ная
20	Передача и ведение мяча.	1	12.02	30.01			изучение нового	фронтальная, индивидуальная
21	Отработка бросков в кольцо.	1	19.02	06.02			комбинированной	фронтальная, индивидуальная
22	Учебная игра баскетбол	1	26.02	13.02			комбинированной	фронтальная, индивидуальная
Игры с элементами спортивной игры гандбол 5 ч.								
23	Инструктаж по ТБ. История возникновения гандбола	1	05.03	20.02			вводный урок	проблемная, индивидуальная
24	Правила игры гандбол	1	12.03	27.02			изучение нового	фронтальная, индивидуальная
25	Передача мяча. Штрафные броски.	1	19.03	06.03			Изучение нового	фронтальная, индивидуальная
26	Учебная игра гандбол	1	02.04	13.03			комбинированной	фронтальная, индивидуальная
27	Учебная игра гандбол	1	09.04	20.03			комбинированной	фронтальная, индивидуальная
Игры с элементами спортивной игры футбол 5 ч.								
28	Инструктаж по ТБ. История возникновения футбола	1	16.04	03.04			Вводный урок	
29	Распасовка и диагональная передача мяча.	1	23.04	10.04			Изучение нового	фронтальная, индивидуальная
30	Отработка штрафных ударов.	1	30.04	17.04			Изучение нового	фронтальная, индивидуальная
31	Отработка пенальти.	1	07.05	24.04			комбинированной	фронтальная, индивидуальная
32	Учебная игра футбол	1	14.05	08.05			комбинированной	фронтальная, индивидуальная
Народные подвижные игры с мячом во дворе 1ч.								
33	«Катай мяч».	1	21.05	15.05			изучение нового	фронтальная, индивидуальная
Итоговое занятие по теме «Игры с мячом» 1ч.								
34	Подведение итогов защиты проектов «История спортивных игр»	1	28.05	22.05			контрольно-проверочный	проблемная, индивидуальная, фронтальная

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания методического
совета
МБОУ «Школа № 106»
от _____ 20__ года № 1
_____ Н.С. Голенко
подпись руководителя МС
Ф.И.О.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР
_____ Е.В. Зиновьева
подпись
Ф.И.О.
_____ 20__ года