

Управление образования администрации г. Кемерово
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
для учащихся с тяжёлыми нарушениями речи «Школа –интернат № 22»
650055, г. Кемерово, ул. Пролетарская, 20а, тел. (факс) 28-43-16,
e-mail: si22kem@gmail.com

РАССМОТРЕНО
на заседании МО
учителей нач.кл.
протокол № 1
от « 24 » 08 2020

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
протокол № 1
от « 28 » 08 2020

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ
«Школа-интернат № 22»
Приказ № 3914
от « 31 » 08 2020



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»
5-8 КЛАССЫ**

Составитель:
учитель физич.культуры
Кравцов А.А.
высшая квалификационная категория

г. Кемерово 2020

Содержание

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности..... 3
2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности..... 4
3. Тематическое планирование, , в том числе с учетом рабочей программы воспитания.....8

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.

Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.

Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты:

Характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.

Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.

Общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности.

Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой.

Организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий.

Планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.

Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

Видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека. Оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами.

Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.

Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности.

Основы знаний о физической культуре

Знакомство с программой занятий. Основы знаний о спортивных играх: понятия правил игры, выработка правил игры.

Инструктаж по технике безопасности. Правила предупреждения травматизма во время занятий: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

История развития спортивных игр и первых соревнований. Наши соотечественники - олимпийские чемпионы. Баскетбол, волейбол, футбол в Российской Федерации на современном этапе.

Соревновательная деятельность

Товарищеские игры (соревнования) осуществляются на внутришкольном, городском уровнях, где занимающиеся соревнуются с другими командами.

Спортивные игры.

Баскетбол.

На овладение техникой перемещений, остановок, поворотов и стоек. - стойки игрока; перемещения; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом.

На освоение ловли и передач мяча. - ловля и передача двумя руками от груди и одной от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге).

На освоение техники ведения мяча, ведение в низкой, средней, высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления и скорости; правой, левой рукой.

На овладение техникой бросков мяча. - броски одной и двумя с места и в движении (после ведения, ловли).

На освоение индивидуальной техники защиты. - вырывание, выбивание мяча.

На освоение тактики игры. - тактика свободного нападения; позиционное нападение(5:0) без изменений позиций игрока; нападение быстрым прорывом (1:0); взаимодействие двух игроков «Отдай мяча и выйди».

На овладение и комплексное развитие психомоторных способностей. - игра по упрощённым правилам мини-баскетбола», игровые задания 2:1,3:1,3:2,3:3.

Основные виды деятельности:

Соблюдают правила ТБ. Овладевают основными приёмами игры в б/б.

Повторяют правила ТБ при проведении б/б; выполняют комплекс ОРУ у с мячом; изучают технику передвижения в защитной стойке: повороты и остановки; знакомятся с терминологией игры в б/б.

Изучают технику передвижения в защитной стойке: повороты и остановки. Осваивают основные приёмы игры в б/б. Изучают технику ловли и передачи мяча различными способами; проведение специальных упражнений.

Выполняют специальные упражнения для закрепления и совершенствования основных приемов игры в б/б, в мини-б/б. Осваивают основные приёмы игры в б/б. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий. Совершенствуют и корректируют технику выполнения ловли, передачи и ведения различными способами.

Решают задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий; Выполняют правила игры. Осуществляют судейство.

Пионербол

На овладение техникой перемещений и стоек, бега, ходьбы, приставного шага вперед, в стороны, остановки, выпады, скачки.

Упражнения с мячом. Прием мяча на месте и после перемещения, в падении. Броски набивного мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей, стоя на месте и в прыжке. Метание теннисного мяча правой и левой рукой в цель на стене или на полу. С места, с разбега, в прыжке, после поворота.

Прыжки с подниманием рук вверх: с места, после перемещения, после поворотов. Упражнения у сетки в парах с нападающим и блокирующим. Блок одиночный, двойной.

Основные виды деятельности:

Соблюдают правила ТБ. Изучают технику передачи мяча различными способами; проведение специальных упражнений.

Выполняют специальные упражнения для закрепления и совершенствования основных приемов игры в п/б. Осваивают основные приёмы игры в п/б. Выполняют контрольные тесты.

Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.

Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий. Совершенствуют и корректируют технику выполнения передачи и подачи.

Решают задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий; Выполняют правила игры. Осуществляют судейство.

Волейбол.

На овладение техникой передвижений, остановок, поворотов, стоек. Стойки игрока, перемещения в стойке.

На освоение техники приёма и передач мяча. - передачи сверху двумя на месте и после перемещения вперёд; передачи мяча над собой; то же через сетку.

На освоение техники нижней прямой подачи. - нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-5 м. от сетки.

На освоение техники прямого нападающего удара. - прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром. Ориентирование в пространстве. - жонглирование, упр. на быстроту и точность реакций, прыжки в заданном ритме.

Основные виды деятельности:

Соблюдают правила ТБ.

Овладевают основными приёмами игры в в/б. Повторяют правила ТБ при проведении в/б.

Изучают технику передвижения в защитной стойке: повороты и остановки; знакомятся с терминологией игры в б/б.

Изучают технику передвижения в защитной стойке: повороты и остановки. Осваивают основные приемы игры в в/бол.

Изучают технику передачи мяча различными способами; проведение специальных упражнений.

Выполняют специальные упражнения для закрепления и совершенствования основных приемов игры в в/б.

Осваивают основные приёмы игры в в/б. Выполняют контрольные тесты. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.

Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий.

Совершенствуют и корректируют технику выполнения передачи и подачи.

Решают задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Выполняют правила игры. Осуществляют судейство.

Бадминтон

На овладение техники с ракеткой; с воланом; с поролоновым шариком; выполняемые с ракеткой одним и двумя воланами.

Стойки: при подаче, приеме волана.

Удары: укороченные (сброс, подставка) выполняемые на сетке; добивание волана на сетке; короткий удар с задней линии площадки; атакующий удар («смеш»); прием короткого удара справа, слева, с отбросом на заднюю линию; прием удара «смеш».

Подачи: высоко-далекая; атакующая; плоская, короткая, открытой и закрытой стороной ракетки.

Передвижения: по зонам площадки; передвижение обучающегося по площадке в три точки; передвижение обучающегося по площадке в четыре точки; передвижение обучающегося по площадке в шесть точек.

Тактика одиночной игры. Тактика парной игры. Тактика игры смешанных пар (микст). Игра по правилам.

Основные виды деятельности:

Соблюдают правила ТБ.

Овладевают основными приёмами игры в бадминтон. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.

Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий.

Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. Выполняют правила игры.

Организуют совместные занятия бадминтоном со сверстниками.

Решают задачи игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий; Выполняют правила игры.

Футбол

На овладение техникой перемещений, остановок, поворотов и стоек.

Старты из различных и. п.; стойки игрока, перемещения приставными шагами, боком.

На освоение ударов по мячу и остановок мяча. Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъёма, носком, серединой лба; вбрасывание из-за боковой линии с места, с шага.

На освоение техники ведения мяча. ведение по прямой с изменением направления и скорости с пассивным сопротивлением.

На освоение техники ударов по воротам, удары по воротам на точность попадания мячом в цель. На освоение индивидуальной техники защиты.

Перехват мяча, игра вратаря. На овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.

Игра по упрощённым правилам на площадках разных размеров; игры и игровые задания. На овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей. Игра по упрощённым правилам на площадках разных размеров; игры и игровые задания.

Основные виды деятельности:

Соблюдают правила ТБ.

Овладевают основными приёмами игры в ф/б. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.

Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий.

Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.

Выполняют правила игры. Организуют совместные занятия ф/б со сверстниками.

Дартс

Техника безопасности на занятиях. Правила пользования « дартс». Правила игры в «Дартс». Разминка. Совершенствование бросков. Турнир. Техника игры в «Дартс». Судейство. Соревнование.

Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания

5 класс (35ч)

№ п/п	Раздел. Тема.	Кол-во часов
Баскетбол		9
1	Инструктаж по ТБ. История и правила игры. Развитие физических качеств	1
2	Стойки и передвижения игрока	1
3	Повороты и остановки игрока. Развитие координационных способностей	1
4	Ловля и передача мяча. Развитие координационных способностей	1
5	Ведение мяча. Основные правила и приемы игры	1
6	Ведение мяча. Развитие координационных способностей	1
7	Комбинация из разученных элементов. Игра по упрощенным правилам	1
8	Бросок мяча. Развитие координационных качеств	1
9	Тактика свободного нападения. Развитие физических качеств	1
Пионербол		6
10	Передача и ловля мяча двумя руками	1
11	Передача мяча различными способами	1
12	Прямой нападающий «удар» через сетку с 2-3 шагов разбега	1
13	Подача броском одной рукой. Учебная игра	1
14	Тактические действия при нападении и в защите	1
15	Учебная игра в пионербол	1
Волейбол		9
16	Стойки с перемещениями и исходными положениями, техника передачи мяча снизу - сверху в парах	1
17	Верхняя и нижняя передача мяча в парах, эстафета с элементами волейбола	1
18	Передачи мяча сверху и снизу на точность после перемещения	1
19	Отбивание мяча кулаком через сетку, тактика верхней и нижней передачи мяча. Подвижная игра «Охотники и утки»	1
20	Нижняя прямая подача, передача мяча в зонах 6,3,4 и 6,3,2. Учебная игра	1
21	Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи мяча. Учебная игра с заданием	1
22	Передача мяча сверху и снизу в сочетании с перемещениями, прием мяча снизу, техника прямой нижней подачи	1
23	Групповые упражнения в приеме мяча снизу от нижней подачи, групповые упражнения в передаче	1
24	Правила соревнований. Судейство	1
Бадминтон		5
25	Различные виды жонглирования с воланом, выполнение ударов открытой и закрытой стороной ракетки	1

26	Удары снизу, сверху, слева, справа, подачи в зону. Учебная игра	1
27	Удары справа, слева по высокой траектории, удар «смеш», подача в зону	1
28	Соревнования и эстафеты с применением элементов бадминтона	1
29	Правила соревнований. Способы передвижения	1
Футбол		6
30	Техника передвижения. Удары по мячу	1
31	Ведение мяча. Остановка мяча. Обманные движения	1
32	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.	1
33	Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	1
34-35	Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.	2
ВСЕГО:		35

6 класс

№ п/п	Наименование раздела. Наименование темы занятия	Кол-во часов
Баскетбол		9
1	Инструктаж по ТБ. История и правила игры. Развитие физических качеств	1
2	Стойки и передвижения игрока	1
3	Повороты и остановки игрока. Развитие координационных способностей	1
4	Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении.	1
5	Ведение мяча с разной высотой отскока. Основные правила и приемы игры	1
6	Ведение мяча с изменениями направления. Развитие координационных способностей	1
7	Комбинация из разученных элементов. Игра по упрощенным правилам	1
8	Бросок мяча после ведения мяча. Развитие координационных качеств.	1
9	Тактика свободного нападения. Развитие физических качеств	1
Пионербол		6
10	Приёмы: низкий, высокий. Подачи.	1
11	Передача мяча различными способами	1
12	Нападающий бросок после передачи	1
13	Подача мяча по зонам	1
14	Тактические действия при нападении и в защите	1
15	Учебная игра в пионербол	1
Волейбол		9
16	Стойки с перемещениями и исходными положениями, техника передачи мяча снизу - сверху в парах	1
17	Верхняя и нижняя передача мяча в парах, эстафета с элементами волейбола	1
18	Передачи мяча сверху и снизу на точность после перемещения	1
19	Отбивание мяча кулаком через сетку, тактика верхней и нижней передачи мяча. Подвижная игра «Охотники и утки»	1
20	Нижняя прямая подача, передача мяча в зонах 6,3,4 и 6,3,2. Учебная игра	1
21	Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи мяча. Учебная игра с заданием	1
22	Передача мяча сверху и снизу в сочетании с перемещениями, прием мяча снизу, техника прямой нижней подачи	1
23	Групповые упражнения в приеме мяча снизу от нижней подачи, групповые упражнения в передаче	1
24	Правила соревнований. Судейство	1
Бадминтон		5
25	Различные виды жонглирования с воланом, выполнение ударов открытой и закрытой стороной ракетки	1
26	Удары снизу, сверху, слева, справа, подачи в зону. Учебная игра	1

27	Удары справа, слева по высокой траектории, удар «смеш», подача в зону	1
28	Соревнования и эстафеты с применением элементов бадминтона	1
29	Правила соревнований. Способы передвижения	1
Футбол		6
30	Техника передвижения. Удары по мячу	1
31	Ведение мяча. Остановка мяча. Обманные движения	1
32	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.	1
33	Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	1
34-35	Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.	2
ВСЕГО:		35

7 класс

№ п/п	Наименование раздела. Наименование темы занятия	Кол-во часов
Баскетбол		10
1	Стойки и передвижения игрока при нападении.	1
2	Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча.	1
3	Повороты и остановки игрока. Развитие координационных способностей	1
4	Бросок мяча двумя руками от груди. Бросок мяча одной рукой от плеча.	1
5	Взаимодействие трех игроков «треугольник».	1
6	Ведение с изменением направления. Развитие координационных способностей	1
7	Стойки и передвижения игрока в защите. Комбинация из разученных элементов.	1
8	Бросок мяча после ведения два шага. Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». Развитие координационных качеств	1
9	Тактика свободного нападения. Выбор места по отношению к нападающему с мячом. Развитие физических качеств.	1
10	Индивидуальные действия при нападении. Учебная игра.	1
Волейбол		10
11	Приемы и передачи мяча на месте.	1
12	Передачи и приемы мяча в движение и на месте.	1
13	Освоение техники подачи мяча.	1
14	Система игры в защите. Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями	1
15	Защитные действия: блокирование мяча.	1
16	Верхняя и нижняя передача мяча в парах .Игра через сетку 2 на 2, 3 на 3, 4 на 4.	1
17	Приемы и передачи мяча сверху, снизу, с перемещениями. Нижняя прямая подача.	1
18	Действия игроков в нападении: отработка ударов с различных зон.	1
19	Отбивание мяча кулаком через сетку, тактика верхней и нижней передачи мяча.	1
20	Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями	1
Бадминтон		6
21	Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи мяча. Учебная игра с заданием	1
22	Передача мяча сверху и снизу в сочетании с перемещениями, прием мяча снизу, техника прямой нижней подачи	1
23	Групповые упражнения в приеме мяча снизу от нижней подачи, групповые упражнения в передаче	1
24	Правила соревнований. Судейство	1
25	Различные виды жонглирования с воланом, выполнение ударов	1

	открытой и закрытой стороной ракетки	
26	Удары снизу, сверху, слева, справа, подачи в зону. Учебная игра	
Футбол		9
27	Удары справа, слева по высокой траектории, удар «смеш», подача в зону	1
28	Соревнования и эстафеты с применением элементов бадминтона	1
29	Техника передвижения. Удары по мячу.	1
30	Ведение мяча. Остановка мяча. Обманные движения	1
31	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника вратаря игры.	1
32	Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом	1
33	Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	1
34- 35	Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.	1
ВСЕГО:		35

8 класс

№ п/п	Раздел. Тема.	Кол-во часов
Баскетбол		11
1	Стойки и передвижения игрока при нападении.	1
2	Остановки баскетболиста	1
3	Передача мяча	1
4	Ловля мяча	1
5	Ведение мяча	1
6	Броски в кольцо	1
7	Игра в защите	1
8	Игра в нападении	1
9	Тестирование	1
10-11	Игра. Участие в соревнованиях	2
Волейбол		11
12-13	Техника передачи	2
14-15	Индивидуальные тактические действия в защите	2
16-17	Верхняя прямая подача	2
18-19	Закрепление техники приема мяча с подачи	2
20-22	Подвижные игры и эстафеты. Двусторонняя учебная игра	3
Футбол		10
23-25	Остановка катящегося мяча	3
26-28	Ведение мяча	3
29-32	Игра в футбол по упрощенным правилам (мини-футбол)	4
Дартс		3
33	Техника безопасности на занятиях. Правила пользования «дартс». Правила игры в «Дартс». Разминка.	1
34	Совершенствование бросков. Турнир	1
35	Техника игры в «Дартс». Судейство. Соревнование.	1
Всего		35