

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Министерство образования и науки Республики Татарстан  
Исполнительный комитет Кукморского муниципального района  
МБОУ "СОШ с. Средний Кумор"

РАССМОТРЕНО  
На заседании МО учителей  
естественно-  
математического цикла  
  
Очаевва Т.М.  
Протокол № 1  
от «29» 08 2023 г.

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора  
по УР  
  
Яковлева Л.М.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса «Спортивные игры»  
для обучающихся 5 класса

Средний Кумор 2023

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа курса «Спортивные игры» для учащихся 5 класса составлена на основе комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов в соответствии с требованиями федерального компонента государственного образовательного стандарта. Учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации.

Основной целью программы курса «Спортивные игры» является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В программе данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей, обучающихся в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.

Задачи курса:

укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;

формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;

воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Развивающая направленность программы по курсу определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение обучающимися знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможности познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение программы по курсу заключается в содействии активной социализации обучающихся на основе осмыслиения и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию.

Для изучения данного курса отведено 34 часа (1 час в неделю).

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Баскетбол. Т/б на занятиях. Стойка игрока. Ловля и передача мяча двумя руками на месте и в движении. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте и в движении. Вырывание и выбивание мяча. Комбинации из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Тактика свободного нападения. Позиционное нападение без изменения позиций игроков. Перемещения в

стойке. Ловля и передача мяча двумя руками на месте и в движении. Броски одной и двумя руками на месте и в движении без сопротивления. Вырывание и выбивание мяча. Тактика свободного нападения.

Волейбол. Техника безопасности на занятиях по теме Спортивные игры. Стойка игрока. Перемещения в стойке. Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения. Игры и игровые задания на укороченных площадках. Мини-волейбол. Нижняя прямая подача с расстояния 3-6 м от сетки. Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Перемещения в стойке. Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения. Игры и игровые задания на укороченных площадках. Мини-волейбол. Нижняя прямая подача с расстояния 3-6 м от сетки. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Комбинации из элементов техники перемещений и владения мячом.

Техника безопасности во время занятий футболом. Стоики и перемещения. Стоики и перемещения. Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов. Удар внутренней стороной стопы по мячу, катящемуся навстречу. Передачи мяча. Подвижные игры с элементами футбола. Учебная игра.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

### **Личностные результаты:**

владение умениями (в циклических и ациклических локомоциях, в метаниях на дальность и на меткость, в гимнастических и акробатических упражнениях, в спортивных играх);  
демонстрировать результаты не ниже, чем средний уровень основных физических способностей; владеть способами физкультурно-оздоровительной деятельности: самостоятельно выполнять упражнения на развитие быстроты, координации, выносливости, силы, гибкости; соблюдать правила самоконтроля и безопасности во время выполнения упражнений;  
владеть способами спортивной деятельности, участвовать в соревнованиях по одному из видов спорта;  
владеть правилами поведения на занятиях физическими упражнениями.

### **Метапредметные результаты:**

владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержанием;  
владение умениями выполнения двигательных действий и физических упражнений базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активно их использовать в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;  
владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, величиной физических нагрузок, использования этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий.

### **Предметные результаты:**

способность отбирать физические упражнения, естественные силы природы, гигиенические факторы в соответствии с их функциональной направленностью, составлять из них индивидуальные комплексы для осуществления оздоровительной гимнастики, использования закаливающих процедур, профилактики нарушений осанки, улучшения физической подготовленности;

способность составлять планы занятий с использованием физических упражнений разной

педагогической направленности, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;  
умение проводить самостоятельные занятия по освоению и закреплению осваиваемых на уроке новых двигательных действий и развитию основных физических способностей, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем.	Количество часов		
		Всего	Контрольные работы	Практические работы
1	Спортивные игры. Баскетбол	10		10
2	Спортивные игры. Волейбол	12		12
3	Спортивные игры. Футбол	12		12
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ		34	0	34