

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №135 с углубленным изучением отдельных предметов»
Кировского района г. Казани

«Утверждаю»
Директор МБОУ
«Школа №135 г. Казани»
_____ Л.Р. Юсупова
Приказ № _____
от «_____» _____ 20_____ г

«Согласовано»
Заместитель директора
по учебной работе
_____ Н.И. Мустакова

Рассмотрено
на МО учителей
естественно- научного цикла
Протокол № _____
Руководитель ШМО
_____ Н.И. Мустакова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
по физической культуре
«Клуб спортивных игр»
для 6-х классов

НАПРАВЛЕНИЕ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ: физкультурно-оздоровительное
ФОРМА организации ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ: клуб

Рабочая программа составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, Основной образовательной программой ООО МБОУ «Школа №135 г. Казани», рассчитана на 34 часа в год.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Планируемые личностные результаты обучения

Личностные результаты освоения курса внеурочной деятельности «Клуб спортивных игр» отражают:

- 1) формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- 2) воспитание морально-этических и волевых качеств;
- 3) дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- 4) умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- 5) умение оказывать помощь своим сверстникам.

Планируемые метапредметные результаты обучения

Метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности «Клуб спортивных игр» отражают:

- 1) определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- 2) умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- 3) уметь организовать самостоятельные занятия спортивными играми, а также, с группой товарищей;
- 4) организовывать и проводить соревнования по спортивным играм в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;
- 5) умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- 6) умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;

Планируемые предметные результаты обучения

Предметные результаты изучения предметной области «физическая культура» через внеурочную деятельность отражают:

- 1) знать об особенностях зарождения, истории спортивных игр;
- 2) знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- 3) выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- 4) владеть тактико-техническими приемами спортивных игр;
- 5) знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях спортивными играми и правила его предупреждения;
- 6) владеть основами судейства спортивных игр.

Содержание курса занятий внеурочной деятельности «КЛУБ СПОРТИВНЫХ ИГР»

1. Футбол – 5 часов.

Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой.

Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения.

Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.

Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.

Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.

2. Русская лапта. - 6 часов.

Русская лапта. Основные правила игры.

Спортивная одежда и обувь. Техника игры в нападении и защите.

Стойки и перемещения, удары по мячу. Ловля и передача мяча.

Игра в защите. Осаливание.

Игра в нападении. Перебежки.

3. Волейбол - 6 часов.

Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки.

Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Встречная передача.

Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.

Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование. Командные действия. Прием подачи. Расположение игроков при приеме. Контрольные игры и соревнования.

4. Настольный теннис – 5 часов.

Основы техники и тактики игры. Правильная хватка ракетки, способы игры. Техника перемещений. Тренировка упражнений с мячом и ракеткой. Изучение подачи. Тренировка ударов «накат» справа и слева. Сочетание ударов. Свободная игра. Игра на счет. Соревнования.

5. Бадминтон – 6 часов.

Основы техники и тактики. Способы держания ракетки. Игровые стойки в бадминтоне. Передвижения по площадке. Техника выполнения ударов. Техника выполнения подачи. Свободная игра. Игра на счет. Соревнования.

6. Баскетбол - 6 часов.

Основы техники и тактики. Техника нападения. Техника передвижения. Повороты в движении. Сочетание способов передвижений. Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока, одной рукой на уровне груди. Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трехочковой линии. Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости ведения. Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока. Групповые действия. Взаимодействие игроков с заслонами.

Календарно-тематическое планирование курса занятий внеурочной деятельности «КЛУБ СПОРТИВНЫХ ИГР»

№	Тема занятия	Кол-во часов	Форма организации занятия внеурочной деятельности	Основные виды внеурочной деятельности	Дата проведения	
					План	Факт
1	Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой	1	Спортивный клуб	Соблюдают правила т/б. Овладевают основными приёмами игры в б/б.	1 неделя	
2	Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения.	1	Спортивный клуб	Повторяют правила т/б 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.	2 неделя	
3	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.	1	Спортивный клуб	Изучают технику передвижения в защитной стойке: повороты и остановки. Осваивают основные приемы игры в б/бол.	3 неделя	
4	Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	1	Спортивный клуб	Изучают технику ловли и передачи мяча различными способами; проведение специальных упражнений.	4 неделя	

5	Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.	1	Спортивный клуб	Выполняют специальные упражнения для закрепления и совершенствования основных приемов игры в б/б, в мини-б/б.	5 неделя	
6	Русская лапта. Основные правила игры.	1	Спортивный клуб	Осваивают основные приёмы игры в б/б.	6 неделя	
7	Спортивная одежда и обувь. Техника игры в нападении и защите.	1	Спортивный клуб	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	7 неделя	
8	Стойки и перемещения, удары по мячу. Ловля и передача мяча	1	Спортивный клуб	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий.	8 неделя	
9	Игра в защите. Осаливание.	1	Спортивный клуб	Совершенствуют и корректируют технику выполнения ловли, передачи и ведения различными способами	9 неделя	
10	Игра в нападении. Перебежки.	1	Спортивный клуб	Решают задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий;	10 неделя	
11	Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки.	1	Спортивный клуб	Выполняют правила игры. Осуществляют судейство.	11 неделя	
12	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Встречная передача.	1	Спортивный клуб	Соблюдают правила т/б. Овладевают основными приёмами игры в в/б.	12 неделя	
13	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.	1	Спортивный клуб	Повторяют правила т/б при проведении в/б; изучают технику передвижения в защитной стойке: повороты и остановки; знакомятся с терминологией игры в б/б.	13 неделя	
14	Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование.	1	Спортивный клуб	Изучают технику передвижения в защитной стойке: повороты и остановки. Осваивают основные приемы игры в в/бол.	14 неделя	
15	Командные действия. Прием подачи. Расположение игроков при приеме.	1	Спортивный клуб	Изучают технику передачи мяча различными способами; проведение специальных упражнений.	15 неделя	
16	Контрольные игры и соревнования.	1	Спортивный клуб	Выполняют специальные упражнения для закрепления и совершенствования основных приемов игры в в/б.	16 неделя	
17	Основы техники и тактики игры. Правильная хватка ракетки, способы игры. Техника перемещений.	1	Спортивный клуб	Осваивают основные приёмы игры в в/б. Выполняют контрольные тесты.	17 неделя	
18	Тренировка упражнений с мячом и ракеткой. Изучение подачи.	1	Спортивный клуб	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	18 неделя	

19	Тренировка ударов «накат» справа и слева. Сочетание ударов.	1	Спортивный клуб	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий.	19 неделя	
20	Свободная игра. Игра на счет. Соревнования.	1	Спортивный клуб	Совершенствуют и корректируют технику выполнения передачи и подачи.	20 неделя	
21	Основы техники и тактики. Способы держания ракетки.	1	Спортивный клуб	Решают задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий;	21 неделя	
22	Игровые стойки в бадминтоне. Передвижения по площадке.	1	Спортивный клуб	Выполняют правила игры. Осуществляют судейство.	22 неделя	
23	Техника выполнения ударов.	1	Спортивный клуб	Соблюдают правила т/б. Овладевают основными приёмами игры в ф/б.	23 неделя	
24	Техника выполнения подачи.	1	Спортивный клуб	Соблюдают правила т/б. Овладевают основными приёмами игры в ф/б.	24 неделя	
25	Свободная игра. Игра на счет. Соревнования.	1	Спортивный клуб	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	25 неделя	
26	Основы техники и тактики. Техника нападения. Техника передвижения. Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.	1	Спортивный клуб	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий.	26 неделя	
27	Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока, одной рукой на уровне груди.	1	Спортивный клуб	Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	27 неделя	
28	Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трехочковой линии.	1	Спортивный клуб	Выполняют правила игры. Организуют совместные занятия ф/б со сверстниками, осуществляют судейство игры.	28 неделя	
29	Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости ведения.	1	Спортивный клуб	Разбирают характерные ошибки при выполнении упражнения; характеризуют показатели физической подготовки	29 неделя	
30	Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока.	1	Спортивный клуб	Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от условий и двигательных задач	30 неделя	
31	Групповые действия. Взаимодействие игроков с заслонами.	1	Спортивный клуб	Выполняют правила игры. Осуществляют судейство.	31 неделя	
32	Двухсторонняя игра в баскетбол	1	Спортивный клуб	Выполняют правила игры. Осуществляют судейство.	32 неделя	
33	Двухсторонняя игра в баскетбол	1	Спортивный клуб	Выполняют правила игры. Осуществляют судейство.	33 неделя	

34	Двухсторонняя игра в баскетбол	1	Спортивный клуб	Выполняют правила игры. Осуществляют судейство.	34 неделя	
----	--------------------------------	---	-----------------	---	-----------	--