муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«2-Пристанская основная общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНА УТВЕРЖДЕНА

на заседании МО приказом МБОУ

естественно-математического цикла «2-Пристанская ООШ»

от 29.08.2017 протокол №1 01.09.2017 №101

.

**Рабочая программа курса**

**внеурочной деятельности**

**«Молодецкие игры»**

для 5 класса

Составитель

Царикова Алёна Андреевна

учитель физической культуры.

д.Пристань-2, 2017

**Результаты освоения курса внеурочной деятельности.**

**Личностные:**

* целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
* ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
* способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
* активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
* проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
* освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
* развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладения и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
* освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

**Метапредметные:**

**Познавательные**

* добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
* перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
* преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
* устанавливать причинно-следственные связи

**Регулятивные**

* умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
* планирование общей цели и пути её достижения;
* распределение функций и ролей в совместной деятельности;
* конструктивное разрешение конфликтов;
* осуществление взаимного контроля;
* оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение  необходимых коррективов;
* принимать и сохранять учебную задачу;
* планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
* учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
* адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей,родителей и других людей;
* различать способ и результат действия;
* вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

**Коммуникативные**

* взаимодействовать, ориентироваться на партнёра, сотрудничеству и кооперации (в командных видах игры);
* адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
* допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
* учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
* формулировать собственное мнение и позицию;
* договариваться и приходить к общему решению в совместнойдеятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
* совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
* учиться выполнять различные роли в группе.

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

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема занятия | Кол-во  часов | Формы организации | Основные виды внеурочной  деятельности |
| 1 | Здоровье в порядке- спасибо зарядке! Личная гигиена Профилактика травматизма. Беседа «меры безопасности», «правило игры». | 3 | Беседа | Знать технику безопасности при занятиях подвижными играми в спортивном зале и на свежем воздухе. Здоровье сберегающие беседы. Организовывать самостоятельную деятельность с учётом требования её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организация места занятий. |
| 2 | Пионербол: Передача мяча в парах, в тройках, приём мяча, подача мяча. Игра по упрощённым правилам. Учебная игра.  Баскетбол: Освоение навыков ведения, ведение мяча со сменой рук, ведение мяча с обводкой стоек, броски мяча с места в прыжке. Эстафеты с элементами баскетбола  Упражнения для игры в нападении. Игра «Ручной мяч». Тактика игры в защите.Игра по упрощённым правилам. Учебная игра  Волейбол: Перемещения в стойке, остановки, ускорения, Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели. Нижняя и верхняя прямая подача в заданную часть площадки. Прямой нападающий удар при встречных передачах. Игра по упрощённым правилам. Учебная игра. Эстафеты с элементами волейбола. Игры в нападении в зоне 3. Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков.  Футбол: Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой, Удар мяча по воротам. Тактика игры в защите, нападении. Эстафеты с элементами футбола. Игра по упрощённым правилам. Учебная игра | 5  10  10  6 | Практическое занятие | Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей. Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть, выполнять общеразвивающие упражнения. Научиться работать в парах, тройках, в команде. Владение мячом.  Научиться планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Самостоятельно оценивать правильность выполнения действий. Знать Правила поведения при спортивных играх. Представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки учащегося. |

**Тематическое планирование.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема занятия | Кол-во  часов |
| 1 | Здоровье в порядке- спасибо зарядке! | 1 |
| 2 | Личная гигиена | 1 |
| 3 | Профилактика травматизма | 1 |
|  | **Пионербол** | **5** |
| 4 | Беседа «меры безопасности», «правило игры». | 1 |
| 5 | Передача мяча в парах, в тройках. | 1 |
| 6 | Приём мяча. Подача мяча | 1 |
| 7 | Игра по упрощённым правилам | 1 |
| 8 | Учебная игра. | 1 |
|  | **Баскетбол** | **10** |
| 9 | Беседа «меры безопасности», «правило игры». | 1 |
| 10 | Освоение навыков ведения. Ведение мяча со сменой рук, ведение мяча с обводкой стоек. | 1 |
| 11 | Повороты без мяча и с мячом. | 1 |
| 12 | Игра «собачка». | 1 |
| 13 | Броски мяча с места, в прыжке. | 1 |
| 14 | Упражнения для игры в нападении. | 1 |
| 15 | Эстафеты с элементами баскетбола. | 1 |
| 16 | Игра «Ручной мяч» | 1 |
| 17 | Тактика игры в защите. Учебная игра. | 1 |
| 18 | Тактика игры в нападении. Учебная игра. | 1 |
|  | **Волейбол** | **10** |
| 19 | Беседа «меры безопасности», «правило игры». | 1 |
| 20 | Перемещения в стойке, остановки, ускорения | 1 |
| 21 | Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку | 1 |
| 22 | Передача мяча сверху, стоя спиной к цели. | 1 |
| 23 | Нижняя и верхняя прямая подача мяча в заданную часть площадки. | 1 |
| 24 | Прямой нападающий удар при встречных передачах. | 1 |
| 25 | Игра в нападении в зоне 3. Игра в защите. | 1 |
| 26 | Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3) | 1 |
| 27 | Игра по упрощенным правилам волейбола. | 1 |
| 28 | Учебная игра. | 1 |
|  | **Футбол** | **6** |
| 29 | Беседа «меры безопасности», «правило игры». | 1 |
| 30 | Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы. | 1 |
| 31 | Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы | 1 |
| 32 | Удар мяча по воротам. Учебная игра. | 1 |
| 33 | Игра в нападении, игра в защите. | 1 |
| 34 | Эстафета с элементами футбола, волейбола, баскетбола. | 1 |

Приложение 1

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема занятия | Дата |
| 1 | Здоровье в порядке- спасибо зарядке! |  |
| 2 | Личная гигиена |  |
| 3 | Профилактика травматизма |  |
|  | **Пионербол** |  |
| 4 | Беседа «меры безопасности», «правило игры». |  |
| 5 | Передача мяча в парах, в тройках. |  |
| 6 | Приём мяча. Подача мяча |  |
| 7 | Игра по упрощённым правилам |  |
| 8 | Учебная игра. |  |
|  | **Баскетбол** |  |
| 9 | Беседа «меры безопасности», «правило игры». |  |
| 10 | Освоение навыков ведения. Ведение мяча со сменой рук, ведение мяча с обводкой стоек. |  |
| 11 | Повороты без мяча и с мячом. |  |
| 12 | Игра «собачка». |  |
| 13 | Броски мяча с места, в прыжке. |  |
| 14 | Упражнения для игры в нападении. |  |
| 15 | Эстафеты с элементами баскетбола. |  |
| 16 | Игра «Ручной мяч» |  |
| 17 | Тактика игры в защите. Учебная игра. |  |
| 18 | Тактика игры в нападении. Учебная игра. |  |
|  | **Волейбол** |  |
| 19 | Беседа «меры безопасности», «правило игры». |  |
| 20 | Перемещения в стойке, остановки, ускорения |  |
| 21 | Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку |  |
| 22 | Передача мяча сверху, стоя спиной к цели. |  |
| 23 | Нижняя и верхняя прямая подача мяча в заданную часть площадки. |  |
| 24 | Прямой нападающий удар при встречных передачах. |  |
| 25 | Игра в нападении в зоне 3. Игра в защите. |  |
| 26 | Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3) |  |
| 27 | Игра по упрощенным правилам волейбола. |  |
| 28 | Учебная игра. |  |
|  | **Футбол** |  |
| 29 | Беседа «меры безопасности», «правило игры». |  |
| 30 | Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы. |  |
| 31 | Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы |  |
| 32 | Удар мяча по воротам. Учебная игра. |  |
| 33 | Игра в нападении, игра в защите. |  |
| 34 | Эстафета с элементами футбола, волейбола, баскетбола. |  |

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«2-Пристанская основная общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНА УТВЕРЖДЕНА

на заседании МО приказом МБОУ

естественно-математического цикла«2-Пристанская ООШ» от 29.08.2017 протокол №1 01.09.2017 №101

.

**Рабочая программа курса**

**внеурочной деятельности**

**«Молодецкие игры»**

для 6класса

Составитель

Царикова Алёна Андреевна

учитель физической культуры.

д.Пристань-2, 2017

**Результаты освоения курса внеурочной деятельности.**

**Личностные универсальные учебные действия:**

учащийся**получит возможность** для формирования следующих личностных УУД:*:*

- установка на здоровый образ жизни;

- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей в игровой деятельности;

- эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им в процессе знакомства с играми на развитие сенсорной чувствительности;

- знание основных моральных норм на занятиях спортивными играми и ориентации на их выполнение.

**Регулятивные универсальные учебные действия:**

**получит возможность** для формирования следующих регулятивных УУД:*:*

- организовывать места занятий физическими упражнениями и играми в сотрудничестве с учителем;

- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий;

- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей во время соревнований, индивидуальных и групповых заданий;

- оценивать правильность выполнения действия;

- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей;

- проявлять инициативу в творческом сотрудничестве при составлении комплексов упражнений, игровых ситуаций;

- организовывать и проводить игры на переменах, утреннюю зарядку;

- самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения упражнений, заданий учителя и вносить коррективы в исполнение по ходу реализации и после.

**Познавательные универсальные учебные действия:**

**получит возможность** для формирования следующих познавательных УУД:*:*

- ориентироваться в понятиях «здоровый образ жизни», характеризовать значение занятий по оздоровлению, влиянию спортивных игр на самочувствие;

- владеть понятиями «Техника игры», «Тактика игры», знать правила игры;

- владеть основными техническими приемами;

- применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий пионерболом;

- формировать первичные навыки судейства;

- выявлять связь занятий пионерболом с досуговой и урочной деятельностью;

- характеризовать роль и значение занятий с оздоровительной направленностью в режиме труда и отдыха;

- планировать и корректировать физическую нагрузку в зависимости от индивидуальных особенностей, состояния здоровья, физического развития, физической подготовленности;

- осуществлять поиск информации о здоровом образе жизни, спортивных играх.

**Коммуникативные универсальные учебные действия:**

**получит возможность** для формирования следующих коммуникативных УУД:*:*

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

- договариваться и приходить к общему решению в работе командной игры, по группам, микрогруппам, парам;

- контролировать действия партнёра в парных упражнениях;

- осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь при проведении диагностики;

- задавать вопросы, необходимые для выполнения заданий творческого характера в составлении комплексов упражнений индивидуально и в сотрудничестве с партнёром.

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

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема занятия | Кол-во  часов | Формы организации | Основные виды внеурочной  деятельности |
| 1 | ТБ при проведении игры. Предупреждение травматизма. Правил игры в пионербол, волейбол. Разметка площадки. Стойка игрока. Передвижение игроков по площадке. | 3 | Беседа | Знать технику безопасности при занятиях подвижными играми в спортивном зале и на свежем воздухе. Здоровье сберегающие беседы. Организовывать самостоятельную деятельность с учётом требования её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организация места занятий. |
| 2 | Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах.  Групповые тактические действия. Страховка игрока слабо принимающего подачу.  Закрепление блокирования нападающего броска.  Нападающий бросок с первой линии. Подача мяча. Передачи мяча в парах, тройках, кругу. Специальные беговые упражнения.  Закрепление командных тактических действий в игре. Передачи мяча в парах. ОРУ.  после подачи. Специальные беговые упражнения. Развитие двигательных качеств.  Закрепление командных тактических действий в игре. Силовые упражнения.  Подача мяча. Прием мяча после подачи. Развитие двигательных качеств.  Прием мяча после подачи. Развитие двигательных качеств. Закрепление командных тактических действий в игре. Прием мяча после подачи. Развитие двигательных качеств. Игра с индивидуальными заданиями.Тренировочная игра в пионербол.Учебная игра по правилам соревнований. Учебная игра с самостоятельным судейством. | 31 | Практическое занятие | Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей. Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть, выполнять общеразвивающие упражнения. Научиться работать в парах, тройках, в команде. Владение мячом.  Научиться планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Самостоятельно оценивать правильность выполнения действий. Знать Правила поведения при спортивных играх. Представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки учащегося. |

**Тематическое планирование внеурочной деятельности**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п\п** | **Тема** | **Кол-во часов** |
|
|  | ТБ при проведении игры. Предупреждение травматизма. Правил игры в пионербол. Разметка площадки. Стойка игрока. Передвижение игроков по площадке. Силовые упражнения для рук, ног, туловища. |  |
|  | Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передача мяча в парах на месте, в движении. Специальные беговые упражнения с ловлей мяча. Перемещение приставным шагом. Игра в пионербол. |  |
|  | Подача мяча. Прием мяча после подачи. Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках.Беговые упражнения. Развитие двигательных качеств. Игра в пионербол. |  |
|  | Приём мяча после перемещения. Бег с остановками и изменением направления. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках. Игра в пионербол. |  |
|  | Действия игрока после приема мяча. Упражнения на координацию. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках. Игра в пионербол. |  |
|  | Подача мяча. Прием мяча после подачи. Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках.Блокирование. ОРУ. Беговые упражнения. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах.Блокирование. ОРУ. Беговые упражнения. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах.Блокирование. ОРУ. Беговые упражнения.Обучение нападающему броску. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах.Блокирование. ОРУ. Беговые упражнения. Нападающий бросок. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Нападающий бросок через сетку с места и после двух шагов в прыжке. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах.Блокирование. Беговые упражнения. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Нападающий бросок с первой линии. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах.Блокирование. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Нападающий бросок со второй линии. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах.Блокирование. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Блокирование нападающего броска. Прыжки с подниманием рук вверх с места. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах.Блокирование. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Упражнения у сетки в парах с нападающим и блокирующим. Одиночный и двойной блок. Прыжки у сетки. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах.Силовые упражнения для рук, ног, туловища. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Приём подачи, передача к сетке. Взаимодействие игроков. Упражнения у сетки в парах с нападающим и блокирующим. Одиночный и двойной блок. Прыжки у сетки. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Обучение приему мяча от сетки. Контроль техники нападающего броска со второй линии. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Формирование навыков командных действий. Прием мяча от сетки. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах.Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Подачи мяча по зонам. Прием мяча от сетки. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах.Силовые упражнения для рук, ног, туловища. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Групповые тактические действия. Страховка игрока слабо принимающего подачу. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Групповые тактические действия. Страховка игрока слабо принимающего подачу. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Закрепление блокирования нападающего броска. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Силовые упражнения для рук, ног, туловища. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Игра с индивидуальными заданиями. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Силовые упражнения для рук, ног, туловища. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Нападающий бросок с первой линии. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах, тройках, кругу.Специальные беговые упражнения. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Закрепление командных тактических действий в игре. Передачи мяча в парах.ОРУ. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Закрепление командных тактических действий в игре. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Специальные беговые упражнения. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Учебная игра с самостоятельным судейством. Закрепление командных тактических действий в игре. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Специальные беговые упражнения. Тренировочная игра в пионербол. Силовые упражнения. |  |
|  | Учебная игра с самостоятельным судейством. Закрепление командных тактических действий в игре. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. Силовые упражнения. |  |
|  | Учебная игра с самостоятельным судейством. Закрепление командных тактических действий в игре. Подача мяча. Специальные беговые упражнения. Тренировочная игра в пионербол. Силовые упражнения. |  |
|  | Учебная игра с самостоятельным судейством. Закрепление командных тактических действий в игре. Подача мяча. Специальные беговые упражнения. Тренировочная игра в пионербол. Силовые упражнения. |  |
|  | Учебная игра с самостоятельным судейством. Закрепление командных тактических действий в игре. Подача мяча. Специальные беговые упражнения. Тренировочная игра в пионербол. Силовые упражнения. |  |
|  | Учебная игра с самостоятельным судейством. Закрепление командных тактических действий в игре. Подача мяча. Специальные беговые упражнения. Тренировочная игра в пионербол. Силовые упражнения. |  |
|  | Учебная игра по правилам соревнований. Закрепление командных тактических действий в игре. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Учебная игра по правилам соревнований. Закрепление командных тактических действий в игре. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Учебная игра по правилам соревнований. Закрепление командных тактических действий в игре. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |

Приложение 1

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п\п** | **Тема** | **Дата** |
|
|  | ТБ при проведении игры. Предупреждение травматизма. Правил игры в пионербол. Разметка площадки. Стойка игрока. Передвижение игроков по площадке. Силовые упражнения для рук, ног, туловища. |  |
|  | Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передача мяча в парах на месте, в движении. Специальные беговые упражнения с ловлей мяча. Перемещение приставным шагом. Игра в пионербол. |  |
|  | Подача мяча. Прием мяча после подачи. Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках.Беговые упражнения. Развитие двигательных качеств. Игра в пионербол. |  |
|  | Приём мяча после перемещения. Бег с остановками и изменением направления. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках. Игра в пионербол. |  |
|  | Действия игрока после приема мяча. Упражнения на координацию. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках. Игра в пионербол. |  |
|  | Подача мяча. Прием мяча после подачи. Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках.Блокирование. ОРУ. Беговые упражнения. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах.Блокирование. ОРУ. Беговые упражнения. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах.Блокирование. ОРУ. Беговые упражнения.Обучение нападающему броску. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах.Блокирование. ОРУ. Беговые упражнения.Нападающий бросок. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Нападающий бросок через сетку с места и после двух шагов в прыжке. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах.Блокирование. Беговые упражнения. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Нападающий бросок с первой линии. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах.Блокирование. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Нападающий бросок со второй линии. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах.Блокирование. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Блокирование нападающего броска. Прыжки с подниманием рук вверх с места. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах.Блокирование. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Упражнения у сетки в парах с нападающим и блокирующим. Одиночный и двойной блок. Прыжки у сетки. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах.Силовые упражнения для рук, ног, туловища. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Приём подачи, передача к сетке. Взаимодействие игроков. Упражнения у сетки в парах с нападающим и блокирующим. Одиночный и двойной блок. Прыжки у сетки. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Обучение приему мяча от сетки. Контроль техники нападающего броска со второй линии. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Формирование навыков командных действий. Прием мяча от сетки. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах.Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Подачи мяча по зонам. Прием мяча от сетки. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах.Силовые упражнения для рук, ног, туловища. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Групповые тактические действия. Страховка игрока слабо принимающего подачу. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Групповые тактические действия. Страховка игрока слабо принимающего подачу. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Закрепление блокирования нападающего броска. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Силовые упражнения для рук, ног, туловища. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Игра с индивидуальными заданиями. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Силовые упражнения для рук, ног, туловища. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Нападающий бросок с первой линии. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах, тройках, кругу.Специальные беговые упражнения. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Закрепление командных тактических действий в игре. Передачи мяча в парах.ОРУ. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Закрепление командных тактических действий в игре. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Специальные беговые упражнения. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Учебная игра с самостоятельным судейством. Закрепление командных тактических действий в игре. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Специальные беговые упражнения. Тренировочная игра в пионербол. Силовые упражнения. |  |
|  | Учебная игра с самостоятельным судейством. Закрепление командных тактических действий в игре. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. Силовые упражнения. |  |
|  | Учебная игра с самостоятельным судейством. Закрепление командных тактических действий в игре. Подача мяча. Специальные беговые упражнения. Тренировочная игра в пионербол. Силовые упражнения. |  |
|  | Учебная игра с самостоятельным судейством. Закрепление командных тактических действий в игре. Подача мяча. Специальные беговые упражнения. Тренировочная игра в пионербол. Силовые упражнения. |  |
|  | Учебная игра с самостоятельным судейством. Закрепление командных тактических действий в игре. Подача мяча. Специальные беговые упражнения. Тренировочная игра в пионербол. Силовые упражнения. |  |
|  | Учебная игра с самостоятельным судейством. Закрепление командных тактических действий в игре. Подача мяча. Специальные беговые упражнения. Тренировочная игра в пионербол. Силовые упражнения. |  |
|  | Учебная игра по правилам соревнований. Закрепление командных тактических действий в игре. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Учебная игра по правилам соревнований. Закрепление командных тактических действий в игре. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |
|  | Учебная игра по правилам соревнований. Закрепление командных тактических действий в игре. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. |  |

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«2-Пристанская основная общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНА УТВЕРЖДЕНА

на заседании МО приказом МБОУ

естественно-математического цикла «2-Пристанская ООШ»

от 29.08.2017 протокол №1 01.09.2017 №101

.

**Рабочая программа курса**

**внеурочной деятельности**

**«Молодецкие игры»**

для 7 класса

Составитель

Царикова Алёна Андреевна

учитель физической культуры.

д.Пристань-2, 2017

**Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

**Личностные универсальные учебные действия:**

учащийся**получит возможность** для формирования следующих личностных УУД:*:*

- установка на здоровый образ жизни;

- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей в игровой деятельности;

- эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им в процессе знакомства с играми на развитие сенсорной чувствительности;

- знание основных моральных норм на занятиях спортивными играми и ориентации на их выполнение.

**Регулятивные универсальные учебные действия:**

**получит возможность** для формирования следующих регулятивных УУД:*:*

- организовывать места занятий физическими упражнениями и играми в сотрудничестве с учителем;

- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий;

- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей во время соревнований, индивидуальных и групповых заданий;

- оценивать правильность выполнения действия;

- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей;

- проявлять инициативу в творческом сотрудничестве при составлении комплексов упражнений, игровых ситуаций;

- организовывать и проводить игры на переменах, утреннюю зарядку;

- самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения упражнений, заданий учителя и вносить коррективы в исполнение по ходу реализации и после.

**Познавательные универсальные учебные действия:**

**получит возможность** для формирования следующих познавательных УУД:*:*

- ориентироваться в понятиях «здоровый образ жизни», характеризовать значение занятий по оздоровлению, влиянию спортивных игр на самочувствие;

- владеть понятиями «Техника игры», «Тактика игры», знать правила игры;

- владеть основными техническими приемами;

- применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий пионерболом;

- формировать первичные навыки судейства;

- выявлять связь занятий пионерболом с досуговой и урочной деятельностью;

- характеризовать роль и значение занятий с оздоровительной направленностью в режиме труда и отдыха;

- планировать и корректировать физическую нагрузку в зависимости от индивидуальных особенностей, состояния здоровья, физического развития, физической подготовленности;

- осуществлять поиск информации о здоровом образе жизни, спортивных играх.

**Коммуникативные универсальные учебные действия:**

**получит возможность** для формирования следующих коммуникативных УУД:*:*

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

- договариваться и приходить к общему решению в работе командной игры, по группам, микрогруппам, парам;

- контролировать действия партнёра в парных упражнениях;

- осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь при проведении диагностики;

- задавать вопросы, необходимые для выполнения заданий творческого характера в составлении комплексов упражнений индивидуально и в сотрудничестве с партнёром.

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

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема занятия | Кол-во  часов | Формы организации | Основные виды внеурочной  деятельности |
| 1 | Ознакомление с нормативами по технике игры. | 1 | Беседа | Знать технику безопасности при занятиях подвижными играми в спортивном зале и на свежем воздухе. Здоровье сберегающие беседы. Организовывать самостоятельную деятельность с учётом требования её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организация места занятий. |
| 2 | Ведение мяча.  Бросок снизу двумя руками.  Бросок одной рукой от плеча из-под щита в движении.  Держание игрока без мяча.  Передачи мяча двумя руками от груди в движении в парах.  Передачи одной рукой снизу.  Повороты вперед и назад.  Ведение мяча со снижением.  Бросок одной рукой от плеча в движении после ведения.  Передачи мяча в тройках в движении.  Передачи одной рукой от плеча в прыжке.  Передачи одной рукой от плеча в прыжке после ведения.  Бросок одной рукой от плеча.  Броски после поворотов с места.  Нападения 2х1и действия защитника против двух нападающих.  Быстрый прорыв. Ознакомление с нормативами по технике игры. Бросок правой и левой рукой в прыжке с поворотом. Вырывания мяча. Броски снизу в движении. Дальнейшее совершенствование броска снизу двумя руками. Совершенствование передачи мяча двумя руками с отскоком от площадки. Совершенствование отвлекающего действия на проход с ведением. Дальнейшее изучение отвлекающего действия на передачу двумя руками. Совершенствование отвлекающего действия на бросок двумя руками от груди. Изучение вышагивания для ухода от противника. Приобретение соревновательного навыка. Изучение обводки. Перехватывание встречного мяча. Приобретение соревновательного навыка. Учебная игра.Бросок одной рукой от плеча из под щита. | 33 | Практическое занятие | Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей. Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть, выполнять общеразвивающие упражнения. Научиться работать в парах, тройках, в команде. Владение мячом.Научиться планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Самостоятельно оценивать правильность выполнения действий. Знать Правила поведения при спортивных играх. Представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки учащегося. |

**Тематическое планирование.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | **Название темы** | **Кол-во**  **часов** |
| 1 | Передачи мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча. | 1 |
| 2 | Бросок одной рукой от плеча из под щита. | 1 |
| 3 | Ведение мяча. | 1 |
| 4 | Бросок снизу двумя руками. | 1 |
| 5 | Бросок одной рукой от плеча из-под щита в движении. | 1 |
| 6 | Держание игрока без мяча. | 1 |
| 7 | Передачи мяча двумя руками от груди в движении в парах. | 1 |
| 8 | Передачи одной рукой снизу. | 1 |
| 9 | Повороты вперед и назад. | 1 |
| 10 | Ведение мяча со снижением. | 1 |
| 11 | Бросок одной рукой от плеча в движении после ведения. | 1 |
| 12 | Передачи мяча в тройках в движении. | 1 |
| 13 | Передачи одной рукой от плеча в прыжке. | 1 |
| 14 | Передачи одной рукой от плеча в прыжке после ведения. | 1 |
| 15 | Бросок одной рукой от плеча. | 1 |
| 16 | Броски после поворотов с места. | 1 |
| 17 | Нападения 2х1и действия защитника против двух нападающих. | 1 |
| 18 | Быстрый прорыв. | 1 |
| 19 | Ознакомление с нормативами по технике игры. | 1 |
| 20 | Бросок правой и левой рукой в прыжке с поворотом. | 1 |
| 21 | Вырывания мяча. | 1 |
| 22 | Броски снизу в движении. | 1 |
| 23 | Дальнейшее совершенствование броска снизу двумя руками. | 1 |
| 24 | Совершенствование передачи мяча двумя руками с отскоком от площадки. | 1 |
| 25 | Совершенствование отвлекающего действия на проход с ведением. | 1 |
| 26 | Игровая практика. | 1 |
| 27 | Дальнейшее изучение отвлекающего действия на передачу двумя руками. | 1 |
| 28 | Совершенствование отвлекающего действия на бросок двумя руками от груди. | 1 |
| 29 | Изучение вышагивания для ухода от противника. | 1 |
| 30 | Приобретение соревновательного навыка. | 1 |
| 31 | Изучение обводки. | 1 |
| 32 | Перехватывание встречного мяча. | 1 |
| 33 | Приобретение соревновательного навыка. | 1 |
| 34 | Учебная игра. | 1 |

Приложение 1

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | **Название темы** | **Дата** |
| 1 | Передачи мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча. |  |
| 2 | Бросок одной рукой от плеча из под щита. |  |
| 3 | Ведение мяча. |  |
| 4 | Бросок снизу двумя руками. |  |
| 5 | Бросок одной рукой от плеча из-под щита в движении. |  |
| 6 | Держание игрока без мяча. |  |
| 7 | Передачи мяча двумя руками от груди в движении в парах. |  |
| 8 | Передачи одной рукой снизу. |  |
| 9 | Повороты вперед и назад. |  |
| 10 | Ведение мяча со снижением. |  |
| 11 | Бросок одной рукой от плеча в движении после ведения. |  |
| 12 | Передачи мяча в тройках в движении. |  |
| 13 | Передачи одной рукой от плеча в прыжке. |  |
| 14 | Передачи одной рукой от плеча в прыжке после ведения. |  |
| 15 | Бросок одной рукой от плеча. |  |
| 16 | Броски после поворотов с места. |  |
| 17 | Нападения 2х1и действия защитника против двух нападающих. |  |
| 18 | Быстрый прорыв. |  |
| 19 | Ознакомление с нормативами по технике игры. |  |
| 20 | Бросок правой и левой рукой в прыжке с поворотом. |  |
| 21 | Вырывания мяча. |  |
| 22 | Броски снизу в движении. |  |
| 23 | Дальнейшее совершенствование броска снизу двумя руками. |  |
| 24 | Совершенствование передачи мяча двумя руками с отскоком от площадки. |  |
| 25 | Совершенствование отвлекающего действия на проход с ведением. |  |
| 26 | Игровая практика. |  |
| 27 | Дальнейшее изучение отвлекающего действия на передачу двумя руками. |  |
| 28 | Совершенствование отвлекающего действия на бросок двумя руками от груди. |  |
| 29 | Изучение вышагивания для ухода от противника. |  |
| 30 | Приобретение соревновательного навыка. |  |
| 31 | Изучение обводки. |  |
| 32 | Перехватывание встречного мяча. |  |
| 33 | Приобретение соревновательного навыка. |  |
| 34 | Учебная игра. |  |