

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Комитет по образованию Санкт-Петербурга

ГБОУ школа №294

РАССМОТРЕНО

Председатель МО по
физической культуре и
ОБЗР

Синицына Л.М.
Протокол №1 от «29»
августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

И.о. директора ГБОУ
школа №294

Заколоткина Е.С.
Приказ № 245-од от «29»
августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

(ID 4899027)

«Подвижные игры»

для обучающихся 5 классов

**Санкт-Петербург
2024**

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «Подвижные игры»

Рабочая программа линейного курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» реализует спортивно-оздоровительное направление во внеурочной деятельности в 5 классе в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования и базируется на системно-деятельностном и личностном подходе к обучению.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА. Формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения; развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья; обеспечение прав и возможностей учащихся на удовлетворение их потребностей на занятиях физической культурой и спортом

МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «Подвижные игры В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ

Согласно плана внеурочной деятельности ГБОУ школа № 294 и календарного учебного графика ГБОУ школа №294, программа рассчитана на 68 часа, 2 час в неделю.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «Подвижные игры»

1. Подвижные игры, охрана труда на занятиях. Народные игры. 11 час.

Возникновение и развитие подвижных игр. Правила соревнований по подвижным играм. Народные игры, техника безопасности на занятиях.

Игры: «Охотники и утки», «Петушиный бой», «Снайперы», «Ловкие и меткие», «Перестрелка», «Эстафета по кругу», «Воробьи вороны», «Ловишки», «Терем»

2. Подвижные игры с элементами баскетбола. Охрана труда на занятиях. 11 часов.

Игры с передачей, ловлей мяча - «Играй, играй мяч не теряй», «10 передач», «Обгони мяч», «За мячом», Игры для обучения ведению мяча и броску - «Ловец с мячом», « Пять бросков», «Мяч капитану», эстафеты с баскетбольными мячами

3. Подвижные игры с элементами волейбола. Охрана труда на занятиях. 11 часов.

Игры: «Мяч над головой», «Мяч перед собой»; игровые упражнения «Передача центральному», «Волейбольные салочки», «Завладей мячом», Эстафеты с элементами волейбола, «Мяч капитану», «Передача мяча с третьего темпа », эстафета «Передача мяча с третьего темпа», эстафеты с волейбольными мячами

4. Подвижные игры с элементами футбола. Охрана труда на занятиях. 11 часов

Подвижные игры: «Выбей мяч из круга», «Забей гол», «Передачи мяча ногами», «Передача мяча головой», «Передай пас», «Точно в цель», «Светофор», « Обманный мяч», эстафеты с футбольными мячами.

5. Мы играем вместе. 12 часов

Игры, предложенные детьми, игры, в которые играли родственники, проведение конкурса рисунков «Игры наших родителей» игра «Охотники и утки», игра «Петушиный бой», игра «Ловкие и меткие», игра «Перестрелка», совместное мероприятие с учащимися начальной школы «Мы вместе»

6. Игра как средство воспитания. 11 часов

Игра «Завладей мячом», игра «Мяч капитану», организация и проведение со сверстниками подвижных игр, игры «Поймай и передай», «Выбей мяч из круга»

Изучение правил соревнований, игры «Точно в цель», «Завладей мячом», «Волейбольные Игры «Снайперы», осуществление объективного судейства.

7. Итоговое мероприятие 1 час

Подведение итогов, самооценивание учащимися результатов своей деятельности

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;

готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры, игровой и соревновательной деятельности;

повышение компетентности в организации самостоятельных занятий физической культурой, планировании их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и потребностей;

формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной тренировки, умений руководствоваться ими в познавательной и практической деятельности, общении со сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

анализировать влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности, устанавливать возможность профилактики вредных привычек;

разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно взаимодействуют при совместных тактических действиях в защите и нападении, терпимо относится к ошибкам игроков своей команды и команды соперников;

описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, выделять фазы и элементы движений, подбирать подготовительные упражнения;

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

выполнять требования безопасности на занятиях внеурочной деятельности, на самостоятельных занятиях физическими упражнениями в условиях активного отдыха и досуга;

овладеть умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность, подвижные игры.

выполнять комплексы упражнений оздоровительной физической культуры на развитие гибкости, координации и формирование телосложения;

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 КЛАСС

№	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные образовательные ресурсы
1	Возникновение и развитие подвижных игр, инструктаж по охране труда. Народные игры	11	https://www.fizkultura.ru/sci/mobile_game/50
2	Подвижные игры с элементами баскетбола. Охрана труда на занятиях	11	https://studfile.net/preview/2377136/page:7/
3	Подвижные игры с элементами волейбола.	11	http://ou3.org.ru/wp-content/uploads/2021/01/Игры-и-эстафеты-в-занятиях-волейболом.pdf
4	Подвижные игры с элементами футбола. Охрана труда на занятиях	11	https://footbolno.ru/estafety-s-futbolnym-myachom-dlya-shkolnikov-i-detej.html
5	Мы играем вместе. Охрана труда на занятиях	12	
6	Игра как средство воспитания.	11	
7	Итоговое мероприятие	1	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема	Колич. часов	Виды деятельности	Дата	Электронные образовательные ресурсы
1	Возникновение и развитие подвижных игр. Инструктаж по ИОТ-№33.	1	Как играли на Древней Руси. Подвижные игры сегодня. ТБ на занятиях - беседа	05.09	
2	Народные игры.	1	Народные игры - беседа	06.09	
3	Игра «Охотники и утки»	1	Игра «Охотники и утки». Команда «охотников» выбивают мячом команду «уток»	12.09	https://www.fizkultura.ru/sci/mobile_game/50
4	Игра «Петушиный бой»	1	Игра «Петушиный бой». Вытеснить игрока за пределы круга	13.09	https://www.fizkultura.ru/sci/mobile_game/50
5	Игра «Ловкие и меткие»	1	Игра «Ловкие и меткие». Сбивание городков мячом	19.09	https://www.fizkultura.ru/sci/mobile_game/50
6	Игра «Перестрелка»	1	Игра «Перестрелка». Осалить мячом противника, игра идет на волейбольной площадке	20.09	https://www.fizkultura.ru/sci/mobile_game/50
7	Игра «Эстафета по кругу»	1	Игра «Эстафета по кругу»	26.09	https://www.fizkultura.ru/sci/mobile_game/50
8	Игра «Ловишки»	1	Игра «Ловишки». Выбирается водящий и всех постепенно ловит	27.09	https://kartaslov.ru/книги/Артем_Юрьевич_Патрикеев_Ловишки_100_вариантов_игры_Серия_Разнообразим/1
9	Игра «Терем»	1	Игра «Терем». Водящий ловит перебегающих с одной стороны «улицы» на другую.	03.10	https://antrio.ru/russkie-detskie-podvizhnye-igry/
10	Игра «Снайперы»	1	Игра «Снайперы». Выбивание городков мячом	04.10	https://www.fizkultura.ru/

					ura.ru/sci/mobile_game/50
11	Игра «Воробьи вороны»	1	Игра «Воробьи вороны»	10.10	https://play-plan.ru/collections/doma/vorobii-vorony-podvizhnaya-versiya/
12	Игры с элементами баскетбола.	1	ТБ при проведении спортивных и подвижных игр. - беседа	11.10	https://studfile.net/preview/2377136/page:7/
13	Игра «Играй, играй мяч не теряй»	1	Игра с мячом	17.10	https://studfile.net/preview/2377136/page:7/
14	Игра «Обгони мяч»	1	Игра «Обгони мяч». Передача мяча товарищу без потери.	18.10	https://studfile.net/preview/2377136/page:7/
15	Игра «За мячом»	1	Игра « За мячом»	24.10	https://studfile.net/preview/2377136/page:7/
16	Игра «Ловец с мячом»	1	Игра «Ловец с мячом»	25.10	https://studfile.net/preview/2377136/page:7/
17	Игра «Пять бросков»	1	Игра «Пять бросков». Две команды бросают мяч в корзину	07.11	https://studfile.net/preview/2377136/page:7/
18	Игра «Пять бросков»	1	Игра «Пять бросков». Две команды бросают мяч в корзину	08.11	https://studfile.net/preview/2377136/page:7/
19	Игра «Мяч капитану»	1	Игра «Мяч капитану»	14.11	https://www.fizkultura.ru/sci/mobile_game/50
20	Игра «10 передач»	1	Игра « 10 передач»	15.11	https://infourok.ru/podvizhnye-igry-na-osnove-basketbola-5555132.html
21	Эстафета с баскетбольными мячами	1	Игры с баскетбольными мячами	21.11	https://studfile.net/preview/2377136/page:7/
22	Эстафета с баскетбольными мячами	1	Игры с баскетбольными мячами	22.11	https://studfile.net/preview/2377136/page:7/

23	Игры с элементами волейбола.	1	ТБ при проведении спортивных и подвижных игр - беседа	28.11	
24	Игра «Мяч над головой»	1	Командные игры с волейбольными мячами	29.11	http://ou3.org.ru/wp-content/uploads/2021/01/Игры-и-эстафеты-в-занятиях-волейболом.pdf
25	Игра «Мяч перед собой»	1	Командные игры с волейбольными мячами	05.12	http://ou3.org.ru/wp-content/uploads/2021/01/Игры-и-эстафеты-в-занятиях-волейболом.pdf
26	Игра «Передача центральному»	1	Командные игры с волейбольными мячами	06.12	http://ou3.org.ru/wp-content/uploads/2021/01/Игры-и-эстафеты-в-занятиях-волейболом.pdf
27	Игра «Волейбольные салочки»	1	Командные игры с волейбольными мячами	12.12	https://multiurok.ru/files/katalog-podvizhnykh-igr-na-urokakh-voleibola.html
28	Игра «Завладей мячом»	1	Игра «Завладей мячом»	13.12	http://ou3.org.ru/wp-content/uploads/2021/01/Игры-и-эстафеты-в-занятиях-волейболом.pdf
29	Эстафета «Мяч капитану»	1	Игра «Мяч капитану»	19.12	https://multiurok.ru/index.php/files/kartotieka-estafiet-s-eliementami-volieibola.html
30	Эстафета «Передача мяча с третьего темпа»	1	Игра «Поймай и передай». Эстафета «Передача мяча с третьего темпа»	20.12	https://multiurok.ru/index.php/files/kartotieka-estafiet-

					s-eliementami-volieibola.html
31	Эстафета «Передача мяча с третьего темпа»	1	Игра «Поймай и передай». Эстафета «Передача мяча с третьего темпа»	26.12	https://multiurok.ru/index.php/files/kartotieka-estafiet-s-eliementami-volieibola.html
32	Эстафеты с волейбольными мячами	1	Командные игры с волейбольными мячами	27.12	https://multiurok.ru/index.php/files/kartotieka-estafiet-s-eliementami-volieibola.html
33	Эстафеты с волейбольными мячами	1	Командные игры с волейбольными мячами	09.01	https://multiurok.ru/index.php/files/kartotieka-estafiet-s-eliementami-volieibola.html
34	Игры с элементами футбола.	1	Командные игры с футбольными мячами	10.01	https://footbolno.ru/estafety-s-futbolnym-myachom-dlya-shkolnikov-i-detej.html
35	Игра «Поймай и передай»	1	Командные игры с футбольными мячами	16.01	https://footbolno.ru/estafety-s-futbolnym-myachom-dlya-shkolnikov-i-detej.html
36	Игра «Выбей мяч из круга»	1	Командные игры с футбольными мячами	17.01	https://footbolno.ru/estafety-s-futbolnym-myachom-dlya-shkolnikov-i-detej.html
37	Игра «Забей гол»	1	Командные игры с футбольными мячами	23.01	https://footbolno.ru/estafety-s-futbolnym-myachom-dlya-shkolnikov-i-detej.html

38	«Передачи мяча ногами»	1	Командные игры с футбольными мячами	24.01	https://footbolno.ru/estafety-s-futbolnym-myachom-dlya-shkolnikov-i-detej.html
39	«Передачи мяча головой»	1	Игры с ударом по мячу головой	30.01	https://footbolno.ru/estafety-s-futbolnym-myachom-dlya-shkolnikov-i-detej.html
40	Передай пас, Точно в цель	1	Игра «Передай пас, Точно в цель»	31.01	https://footbolno.ru/estafety-s-futbolnym-myachom-dlya-shkolnikov-i-detej.html
41	«Светофор»	1	Игра «Светофор»	06.02	https://footbolno.ru/estafety-s-futbolnym-myachom-dlya-shkolnikov-i-detej.html
42	«Обманный мяч»	1	Игра «Обманный мяч»	07.02	https://footbolno.ru/estafety-s-futbolnym-myachom-dlya-shkolnikov-i-detej.html
43	Эстафеты с футбольными мячами	1	Игры с футбольными мячами	13.02	https://footbolno.ru/estafety-s-futbolnym-myachom-dlya-shkolnikov-i-detej.html
44	Эстафеты с футбольными мячами	1	Игры с футбольными мячами	14.02	https://footbolno.ru/estafety-s-futbolnym-myachom-dlya-shkolnikov-i-detej.html

45	Изучение правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требования техники безопасности к местам проведения	1	ТБ при проведении спортивных и подвижных игр. Изучение правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием - беседа	20.02	
46	Игры, предложенные детьми	1	Командные и индивидуальные игры с мячами	21.02	
47	Игры, предложенные детьми	1	Командные и индивидуальные игры с мячами	27.02	
48	Игры, в которые играли родственники	1	Командные и индивидуальные игры с мячами	28.02	
49	Игры, в которые играли родственники	1	Командные и индивидуальные игры с мячами	06.03	
50	Проведение конкурса рисунков «Игры наших родителей» Игра «Охотники и утки»	1	Игра «Охотники и утки»	07.03	https://www.fizkultura.ru/sci/mobile_game/50
51	Проведение конкурса рисунков «Игры наших родителей» Игра «Петушиный бой»	1	Игра «Петушиный бой»	13.03	https://www.fizkultura.ru/sci/mobile_game/50
52	Проведение конкурса рисунков «Игры наших родителей» Игра «Ловкие и меткие»	1	Игра «Ловкие и меткие»	14.03	https://www.fizkultura.ru/sci/mobile_game/50
53	Подведение итогов конкурса рисунков «Игры наших родителей» Игра «Перестрелка»	1	Игра «Перестрелка»	20.03	https://www.fizkultura.ru/sci/mobile_game/50
54	Совместное мероприятие с учащимися начальной школы «Мы вместе»	1	Мероприятие «Мы вместе»	21.03	
55	Совместное мероприятие с учащимися начальной школы «Мы вместе»	1	Мероприятие «Мы вместе»	03.04	

56	Совместное мероприятие с учащимися начальной школы «Мы вместе»	1	Мероприятие «Мы вместе»	04.04	
57	Изучение правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требования техники безопасности к местам проведения	1	ТБ при проведении спортивных и подвижных игр. Изучение правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием - беседа	10.04	
58	Игры, как средство укрепления здоровья. Игра «Завладей мячом»	1	Игра «Завладей мячом»	11.04	https://multiurok.ru/files/katalog-podvizhnykh-igr-na-urokakh-voleibola.html
59	Игры, как средство укрепления здоровья. Игра «Мяч капитану»	1	Игра «Мяч капитану»	17.04	https://multiurok.ru/files/katalog-podvizhnykh-igr-na-urokakh-voleibola.html
60	Организация и проведение со сверстниками подвижных игр. Игра «Поймай и передай»	1	Игра «Поймай и передай»	18.04	https://multiurok.ru/files/katalog-podvizhnykh-igr-na-urokakh-voleibola.html
61	Организация и проведение со сверстниками подвижные игры. Игра «Выбей мяч из круга»	1	Игра «Выбей мяч из круга»	24.04	https://multiurok.ru/files/katalog-podvizhnykh-igr-na-urokakh-voleibola.html
62	Изучение правил соревнований. Игра «Точно в цель»	1	Игра «Точно в цель»	25.04	https://multiurok.ru/files/igry-i-estafety-s-elementami-voleibola.html
63	Подвижные игры, изучение правил соревнований. Игра «Завладей мячом»	1	Игра «Завладей мячом»	02.05	https://multiurok.ru/files/igry-i-estafety-s-elementami-voleibola.html
64	Изучение правил	1	Игра «Волейбольные	08.05	https://multiurok

	соревнований. Игра «Волейбольные салочки»		салочки»		.ru/files/katalog-podvizhnykh-igr-na-urokakh-voleibola.html
65	Игра «Снайперы», осуществление объективного судейства	1	Игра «Снайперы»	15.05	https://www.fizkultura.ru/sci/mobile_game/50
66	Игра «Петушиный бой», осуществление объективного судейства	1	Игра «Петушиный бой»	16.05	https://www.fizkultura.ru/sci/mobile_game/50
67	Игра «Петушиный бой», осуществление объективного судейства	1	Игра «Петушиный бой»	22.05	https://www.fizkultura.ru/sci/mobile_game/50
68	Подведение итогов, самооценивание учащимися результатов своей деятельности	1	Подведение итогов - беседа	23.05	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68			

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

02.09.24 16:03 (MSK)

Сертификат

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 294
ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА,**

29753A2DEAE51FFCF98EC6C0BA373E01

Заколодкина Екатерина Сергеевна, Исполняющий обязанности директора