


Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области средняя общеобразовательная школа имени Героя Г.С. Титова
с. Воскресенка муниципального района Волжский Самарской области

443531 Самарская область, Волжский район,
с. Воскресенка, ул. Ленинская, д.1.
тел.999-71-86, ф.999-71-87

«СОГЛАСОВАНО»

зам. директора по ВР

 Н.И. Рогожкина

«09» января 2019 г.



«УТВЕРЖДАЮ»

директор ГБОУ СОШ с. Воскресенка

 М.П. Шуляпина

«09» января 2019 г.

Приказ №01-ОД от 09.01.2019

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по внеурочной деятельности
для 5 класса
«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»

Направление: спортивно-оздоровительное

Вид программы: адаптированная

Составители: учитель технологии и ИЗО

Базаева Татьяна Клавдиевна

1. Результаты освоения программы

Прогнозируемые результаты применения программы направлены:

- *на формирование первичных обще учебных умений и навыков* у учащихся. Игры развивают ловкость, гибкость, силу, моторику рук, воображение, функции зрения, тренируют реакцию и координацию движений, воспитывают навыки общения. Они разнообразны, развлекательны и эмоциональны.

- *введение детей в предметную область физической культуры.* Овладение детьми способом игровой деятельности позволит им применять умения и навыки и в другие периоды жизни в зависимости от меняющихся обстоятельств.

Ожидаемые результаты:

К концу года обучения учащиеся - уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями;

- элементарно владеть мячом: держание, передача на расстояние до 5 м, ловля, ведение, броски в процессе соответственно подобранных подвижных игр;

- играть в одну из игр, комплексно воздействующих на организм ребёнка, типа "Пионербол", "Борьба за мяч", "Перестрелка", мини-баскетбол;

- знать названия и правила игр, правила поведения и безопасности.

должны иметь представление:

– об историческом наследии русского народа и русских народных игр;

– о традициях русских народных праздников;

– о культуре общения со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности;

должны знать:

– историю возникновения русских народных игр;

– правила проведения игр, эстафет и праздников;

– основные факторы, влияющие на здоровье человека;

– основы правильного питания;

– правила поведения во время игры.

должны уметь:

– выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость);

– проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;

– владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём;

– применять игровые навыки в жизненных ситуациях.

Формы и виды деятельности:

- Игра
- Экскурсии
- Дней Здоровья и праздники
- Беседы по охране здоровья и техники безопасности
- Применение игровых моментов
- Физкультминутки, зарядка
- Динамические паузы и прогулки
- Спортивные соревнования

2. Содержание учебного предмета

• Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.

• Закрепление и совершенствование навыков равновесия.

• Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей.

• Закрепление и совершенствование навыков держания, ловли, передачи, броска и ведения мяча и на развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве.

• Закрепление и совершенствование навыков держания, ловли, передачи, броска.

- Закрепление и совершенствование навыков держания, ловли, передачи, броска и ведения мяча и на развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве.
- Закрепление и совершенствование навыков ловкости движений, реакции, ориентированию в пространстве.
- Закрепление и совершенствование навыков развитие скоростных способностей, внимания.
- Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.
- Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.
- Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.
- Закрепление и совершенствование навыки реакции, ориентированию в пространстве.
- Закрепление и совершенствование навыков держания, ловли, передачи, броска.
- Закрепление и совершенствование навыков развитие движений, реакции, ориентированию в пространстве.
- Закрепление и совершенствование навыков развитие движений, реакции, ориентированию в пространстве.
- Закрепление и совершенствование навыков развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве.
- Закрепление и совершенствование навыков развитие скоростных способностей, внимания.
- Закрепление и совершенствование навыков движений, реакции, ориентированию в пространстве.

3. Тематическое планирование «Спортивные игры» 5 класс

№ п/п уроков	Темы	Кол-во часов
Подвижные игры 34 часа		
1-3	Общие подвижные символические игры. Упражнение «Бабки», «Борющаяся цепь», «Редька», «Бес соли соль», «Серый волк», «Платок», «Пирожок», «Пустое место», «Белые медведи», «Космонавты».	3
4-7	Игры для формирования правильной осанки. Разучивание игр «Бои на бревне», «Ванька-встанька», «Лошадки». Самостоятельные игры.	4
8-10	Игры со скакалками. Разучивание игр «Найди жгут», «Скакалочка», «Люлька», «Прыжки по полосам», «Волк во рве», «Удочка». Соревнования по подвижным играм.	3
11-15	Игры с бегом. Разучивание игры «Дорожки», «Караси и щука», «Змейка», «Пятнашки обыкновенные», «Салка», «Городок- бегунок». «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени», «Овладей мячом», «Подвижная цель».	4
16-19	Игры с прыжками. «Кто дальше», «Перетягивание прыжками», «Болото», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот», «Мяч ловцу», «Быстро и точно», «Снайперы». Игры по выбору.	4
20 -23	Подвижные игры. Игры с метанием, передачей и ловлей мяча. Разучивание игр «Охотники и утки», «Сильный бросок», «Мячик кверху», «Свечки», «Лови мяч», «Колодка», «Зевака», «Охотники и утки»,	4
24-30	Разучивание игр «Игры с ведением мяча», «Борьба за мяч», «Перестрелка», «Мини гандбол», «Варианты игры в футбол». Упражнять в метании в цель. Самостоятельные игры.	7
31-36	Игры для развития внимания. «Волк и овцы», «Жмурки», «Ловушка», «Заря», «Корзинки».	6
37-41	Общеразвивающие игры. «Ворота», «Встречный бой», «Во поле берёза», «Вытолкни за круг», «Казак и разбойники», «Перетягивание каната», «Камешек».	5
42- 46	Игры с разными предметами. «Домики», «Городки», «Лапта», «Единоборство», «Бирюльки».	5
47-50	Игры с камешками, шариками и палками. «Двенадцать палочек», «Достань камешек», «Коршун», «Кольцо», «Рулетка».	4
51- 54	Хороводные игры. «Ясное золото», «Плетень», «Просо сеяли», «Жених ищет невесту», «Луг - лужаечек», «Зайка», «Ручеёк».	4
55-56	Игры в помещении.	2

	«Дедушка – рожок», «Море волнуется», «Игровая», «Коза», «Колечко», «Все в кружок», «Слепой козёл».	
57-58	Игры в фанты. «Работа и забава», «Птичник», «Тяни - пускай», «Голуби».	2
59-60	Игры - шутки. «Кольцо», «Чур», «Орехи», «Барабанщик», «Черепашка».	2
61-63	Сюжетные игры. «Два Мороза», «Гуси-Лебеди», «Волк во рве», «У медведя во бору», «Зайцы в огороде», «Кошки-мышки», «Пчёлки и ласточки».	3
64-65	Загадки, шарады, каламбуры. «Да и нет», «Отвечай, не говоря!», «Царёк», «Обмен именами», «Чепуха», «Мимика», «Почему и потому», «Отгадай слово», «Искатель цветов».	2
66-68	Праздник «Мир народных игр». Игры к различным народным праздникам: «Проводы берёзы», «Шапочники», «Бой крышечками», «Коробейники», «Сказочница», Гусиное перо», «Подвижки льда»	3
	Итого	68