

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Усть-Ишимский лицей «Альфа»

Усть-Ишимского муниципального района

«Рассмотрена»

На заседании ША

учителей физической культуры и
ОБЖ

Протокол № 1

От 30.08 2019.

Руководитель ША



Телятников Н.Н.

«Принята»

Педагогическим

советом МБОУ

«лицей «Альфа»

Протокол № 23

От 31.08 2019

«Утверждаю»

Директор МБОУ

«лицей «Альфа»



Рабочая программа

по внеурочной деятельности

для учащихся 10-11 лет

«Игротека»

количество часов по учебному плану – 68

учебный год 2019-2020

учитель: Шангина В.Г.

Усть – Ишим 2019

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные

В ходе освоения программы учащиеся получают возможность формирования у них УУД:

Личностные:

- формирование умения оценивать поступки людей в жизненных и игровых ситуациях с точки зрения общепринятых норм и ценностей здорового образа жизни;
- определять смысл влияния физической культуры на здоровье человека;
- устанавливать значение своей игровой деятельности для удовлетворения потребностей в движении, в общении со сверстниками, в повышении уровня физического развития и физической подготовленности, в формировании устойчивых мотивов самосовершенствования;

Регулятивные:

- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- ставить учебные задачи в соответствии с предполагаемой деятельностью;
- составлять план и последовательность действий для достижения конечного результата;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- контролировать и оценивать выполнение заданий, оценивать качество и уровень освоения.

Познавательные:

- находить и структурировать информацию;
- анализировать игровые действия;
- выстраивать логическую цепь рассуждений на заданную тему.

Коммуникативные:

- учитывать позицию партнера в совместной деятельности;
- согласовывать усилия в организации и осуществлении совместной деятельности;
- учитывать разные мнения и стремиться к сотрудничеству;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- контролировать действия партнёра в игровой деятельности.

Предметные:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.

Ожидаемый результат:

- укрепление здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни;
- обобщение и углубление знаний об истории и культуре игр;
- формирование уверенности в своих силах;
- развитие умений работать в коллективе;
- формирование навыков самостоятельной организации досуга.

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм и видов деятельности
Модуль 1. «Познакомимся с мячом» (4 часа). Игра – путешествие.

Поиск информации о видах спорта с мячом. Распределение по командам. Распределение ролей. Определение последовательности действий. Прохождение по станциям игры: «Узнавайка», «Объяснялка», «Представляйка». Оценивание правильности выполнения заданий по станциям. Подведение итогов игры в виде эстафеты с разными мячами. Коллективная рефлексия (Определение значения игр с мячом для физического развития).

Модуль 2. «Весёлый мяч» (8 часов) Практическое занятие.

ОРУ с большим мячом. Выполнение индивидуальных заданий: подброс и ловля мяча на заданную высоту, из разных исходных положений. Выполнение индивидуальных упражнений у стены: броски на заданное расстояние, броски и ловля из разных исходных положений и расстояния. Ведение мяча разными способами. Упражнения с использованием разных мячей: волейбольный, баскетбольный, футбольный, теннисный, набивной. Выполнение задания: найти или придумать по три упражнения с каждым мячом. Подвижные игры «Мяч ловцу», «Вышибала», «Круговая охота» и др.

Модуль 3. «Дружный летающий мяч» (18 часов) Соревнования.

Просмотр видеосюжетов видов спорта с мячом (футбол, баскетбол, гандбол, волейбол). Нахождение общих признаков для этих видов спорта и различий. Выполнение упражнений с футбольным мячом (ведение, пас, удар по воротам) индивидуально, в парах, тройках, квадратах, кругах. Выполнение упражнений с баскетбольным мячом (ведение, передача, броски в кольцо после передачи) индивидуально, в парах, тройках, квадратах. Выполнение упражнений с гандбольным мячом (ведение, передача, бросок в ворота после передачи) индивидуально, в парах, тройках, квадратах, кругах. Выполнение упражнений с волейбольным мячом (приемы и передачи мяча сверху и снизу, нижняя и верхняя прямая подача, прием после подачи, нападающий удар) индивидуально, в парах, тройках, квадратах, кругах. Подготовка и проведение соревнований по гандболу, баскетболу, футболу, пионерболу. Состав судей. Обучение ведению протоколов. Выбор капитанов команд и формирование команд. Закрепление правил честной игры. Участие в открытии и проведении соревнований. Подведение и оформление итогов. Рефлексия «Твой вклад в победу команды».

Модуль 4 «Игры с мячом наших родителей» (4 часа) Практическое занятие.

Подготовка и проведение интервью с родственниками, – в какие игры с мячом они играли в детстве. Оформление интервью в виде записи или рисунка.

Модуль 5 «Жонглеры» (10 часов) Сюжетно-ролевая игра «В цирке».

Замысел игры, игровой материал. Формирование правил игры и штрафов за нарушение правил. Свобольное распределение на группы по три-четыре человека. Выполнение заданий с двумя мячами: теннисными, волейбольными, баскетбольными, футбольными индивидуально, в парах, тройках. Придумывание групповых номеров и их взаимооценка. Показательные выступления: индивидуальные, парные, групповые. Итоги выступлений. Видеоролики выступления победителей.

Модуль 6. «Мой любимый мяч» (4 часа) Творческий конкурс.

Любимый вид спорта с мячом. Влияние игр на здоровье, применение игр в разнообразной двигательной деятельности. Отображение в рисунках своего отношения к играм с мячом. Оформление выставки рисунков «Мой любимый мяч». Подведение итогов выставки.

Модуль 7. «Мяч в эстафетах» (6 часов) Соревнование.

Виды эстафет. Моделирование содержания эстафет из ранее изученных упражнений с мячом. Проведение взаимобучения проведению эстафет. Оформление эстафет графически. Выбор капитанов и набор команд. Проведение эстафет, подведение итогов. Анализ причины успеха или неудачи.

Модуль 8. «Затейники» (10 часов) Игра-путешествие.

Поиск информации о нетрадиционных играх с мячом. Коллективный просмотр видеоматериалов «Футбег». Сравнить игры детства родственников и современные игры, их сходства и отличия. Игра «Футбег»: история возникновения, экипировка, правила. Индивидуальные упражнения с мячом «футбег». Изучение технических приёмов игры: набрасывание мяча на носок и пятак правой и левой рукой, ловля рукой после передачи ногой, перебрасывание мяча с правой ноги на левую, «набивание» мяча носком правой и левой ноги. Разучивание комплекса ОРУ с мячом «футбег». Работа в парах. Набрасывание мяча себе и партнеру с последующей передачей через низкую сетку. Ловля мяч после перемещения.

Жонглирование. Закрепление умения владения техникой игры «Футбол». Оформление правил игры.

Модуль 9. «Игротека для всех» (4 часа) Спортивный праздник.

Обсуждение сценария. Формирование группы по подготовке и проведению праздника. Этапы эстафет и инвентарь. Подготовка протоколов и судей. Формирование команд, выбор капитанов. Проведение, судейство, подведение итогов. Оценивание выступлений команд, анализ удачи и причин поражений. Формирование выводов. Оформление фотогазеты.

Формы и методы организации: Формы: игра – путешествие, практическое занятие, соревнования, творческий конкурс, спортивный праздник.

Методы: словесные, наглядные, практические, метод проектов.

Тематическое планирование

№	Тема занятия	Примечан
1	Модуль 1. «Познакомимся с мячом». Игра – путешествие. Распределение ролей. Определение последовательности действий. Поиск информации о видах спорта с мячом.	
2	Прохождение по станциям игры: «Узнавайка», «Объяснялка», «Представляйка» Распределение по командам. Игра «Школа мяча»	
3	Представление собранного материала командами. Оценивание правильности выполнения и представления задания. Игры, представленные детьми.	
4	Подведение итогов игры. Коллективная рефлексия (Определение значения игр с мячом для физического развития).	
5	Модуль 2. «Весёлый мяч» Практическое занятие. ОРУ с баскетбольным мячом. Выполнение индивидуальных заданий: подбор и ловля мяча на заданную высоту, броски на заданное расстояние.	
6	Броски и ловля из разных исходных положений. Игры с мячом.	
7	Выполнение индивидуальных упражнений у стены: броски на заданное расстояние	
8	Броски и ловля из разных исходных положений и расстояния, с использованием волейбольных, футбольных, теннисных, набивных мячей; Игры с мячом.	
9	Ведение мяча разными способами.	
10	Упражнения с использованием разных мячей: набивной, волейбольный, баскетбольный, футбольный, теннисный. Игры с мячом.	
11	Выполнение задания: найти или придумать по три упражнения с каждым мячом. Конкуре «Весёлый мяч».	
12	Отобрать интересные упражнения с мячом. Сделать карточки с этими упражнениями. Подвижные игры «Мяч ловцу», «Вышибалы», «Круговая охота» и др.	
13	Модуль 3. «Дружный летящий мяч» Практическое занятие. Просмотр видеосюжетов видов спорта с мячом (футбол, баскетбол, гандбол, волейбол). Нахождение общих признаков для этих видов спорта и различий.	
14	Выполнение упражнений с футбольным мячом (ведение, пас) индивидуально, в парах, тройках. Правила игры. Тактика игры: Мини-футбол.	
15	Выполнение упражнений с футбольным мячом (ведение, пас, удар по воротам) индивидуально, в парах, тройках, квадратах, кругах. Жесты судей	
16	Подготовка и проведение соревнований по футболу. Состав судей. Обучение ведению протоколов. Выбор капитанов команд и формирование команд. Закрепление правил честной игры. Мини-футбол.	

17	Участие в открытии и проведении соревнований по футболу.	
18	Подведение и оформление итогов. Рефлексия «Твой вклад в победу»	
19	Выполнение упражнений с баскетбольным мячом (ведение, передача, броски в кольцо после ведения) индивидуально, в парах.	
20	Правила игры. Тактика игры. Мини-баскетбол.	
21	Выполнение упражнений с баскетбольным мячом (ведение, передача, броски в кольцо после ведения и передачи) индивидуально, в парах, тройках, квадратах. Жесты судей.	
22	Подготовка и проведение соревнований по баскетболу. Состав судей. Обучение ведению протоколов. Выбор капитанов команд и формирование команд. Закрепление правил честной игры. Мини-баскет.	
23	Участие в открытии и проведении соревнований по баскетболу.	
24	Подведение и оформление итогов. Рефлексия «Твой вклад в победу»	
25	Выполнение упражнений с волейбольным мячом (приемы и передачи мяча сверху и снизу, нижняя и верхняя прямая подача) индивидуально, в парах.	
26	Правила игры. Тактика игры Пионербол с элементами волейбола.	
27	Выполнение упражнений с волейбольным мячом (приемы и передачи мяча сверху и снизу, нижняя и верхняя прямая подача, прием после подачи, нападающий удар) индивидуально, в парах, тройках, квадратах, кругах. Жесты судей.	
28	Подготовка и проведение соревнований по пионерболу. Состав судей. Обучение ведению протоколов. Выбор капитанов команд и формирование команд. Закрепление правил честной игры.	
29	Участие в открытии и проведении соревнований.	
30	Подведение и оформление итогов. Рефлексия «Твой вклад в победу»	
31	Модуль 4 «Игры с мячом наших родителей» Практическое занятие. Подготовка и проведение интервью с родителями/дедушками – в какие игры с мячом они играли в детстве.	
32	Игры наших родителей. Игры с мячом.	
33	Оформление интервью в виде записи или рисунка.	
34	Игры наших родителей. Игры с мячом по желанию детей.	
35	Модуль 5. «Жонглеры» Сюжетно-ролевая игра «В цирке». Замысел игры, игровой материал. Формирование правил игры и штрафов за нарушение правил.	
36	Выполнение заданий с двумя теннисными мячами индивидуально, в парах, тройках, группах. Придумывание групповых номеров и их взаимооценка. Игры с мячом.	
37	Свободное распределение на группы по три-четыре человека. Выполнение заданий с двумя волейбольными мячами индивидуально, в парах, тройках, группах. Придумывание групповых номеров и их взаимооценка. Игры с мячом.	
38	Придумывание групповых номеров и их взаимооценка. Игры с мячом	
39	Выполнение заданий с двумя баскетбольными мячами; индивидуально, в парах, тройках, группах.	
40	Придумывание групповых номеров и их взаимооценка. Игры с мячом	
41	Выполнение заданий с двумя футбольными мячами индивидуально, в парах, тройках.	

42	Придумывание групповых номеров и их взаимооценка. Игры с мячом	
43	Сюжетно-ролевая игра «В цирке». Показательные выступления: индивидуальные, парные, групповые.	
44	Итоги выступлений. Видеоролики выступления победителей.	
45	Модуль 6: «Мой любимый мяч» Творческий конкурс. Любимый вид спорта с мячом. Влияние игр на здоровье, применение игр в разнообразной двигательной деятельности. Отображение в рисунках своего отношения к играм с мячом. Игры.	
46	Отображение в рисунках своего отношения к играм с мячом. Игры.	
47	Оформление выставки рисунков «Мой любимый мяч».	
48	Подведение итогов выставки. Игры с мячом	
49	Модуль 7. «Мяч в эстафетах» Соревнование. Виды эстафет. Моделирование содержания эстафет из ранее изученных упражнений	
50	Проведение взаимообучения проведению эстафет. Встречные эстафеты	
51	Оформление эстафет графически. Выбор судей. Оформление и ведение протоколов.	
52	Выбор капитанов и набор команд. Круговые эстафеты с мячом.	
53	Соревнование. Проведение эстафет, подведение итогов.	
54	Анализ причин успеха или неудачи	
55	Модуль 8. «Затейники» Поиск информации о нетрадиционных играх с мячом. Коллективный просмотр видеоматериалов «Футбег».	
56	Игра «Футбег»: история возникновения, экипировка, правила. Сравнить игры детства родителей и современные игры, их сходства и отличия. Игры	
57	Индивидуальные упражнения с мячом «футбег». Изучение технических приёмов игры: набрасывание мяча на носок и пятку правой и левой рукой, ловля рукой после передачи ногой	
58	Перебрасывание мяча с правой ноги на левую, «набивание» мяча носком правой и левой ноги. Закрепление умения владения техникой игры «Футбег».	
59	Выучивание комплекса ОРУ с мячом «футбег». Работа в парах. Набрасывание мяча себе и партнеру с последующей передачей через низкую сетку.	
60	Закрепление умения владения техникой игры «Футбег».	
61	Ловля мяч после перемещения. Жонглирование.	
62	Закрепление умения владения техникой игры «Футбег».	
63	Закрепление умения владения техникой игры «Футбег».	
64	Оформление правил игры. Игра	
65	Модуль 9. «Игротека для всех» Спортивный праздник. Обсуждение сценария. Формирование группы по подготовке и проведению праздника. Этапы эстафет и инвентарь. Подготовка протоколов и судей Формирование команд, выбор капитанов.	
66	Подготовка протоколов и судей Формирование команд, выбор капитанов.	
67	Проведение праздника, судейство, подведение итогов.	
68	Оценивание выступлений команд, анализ удач и причины поражений. Формирование выводов. Оформление фотогазеты	