

РЕЦЕНЗИЯ

на рабочую программу по внеурочной деятельности «Волейбол»
для учащихся 5 - 7 классов, разработанную учителем физической культуры
МБОУ СОШ № 50 имени Нины Фурсовой г. Краснодара
Порфириады Ирины Григорьевны

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Волейбол» разработана учителем физической культуры МБОУ СОШ № 50 имени Нины Фурсовой г. Краснодара Порфириады Ириной Григорьевной для учащихся 5-7 классов. Срок реализации программы: 3 года, имеет объем 102 часа.

Ориентирована программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» на создание условий и формирование у учащихся школы основ здорового образа жизни, развитие интереса к спортивным играм, развитие творческой самостоятельности, направленных на укрепление и сохранение здоровья, развитие и совершенствование физических качеств обучающихся, что так актуально для современной школы нашего общества.

Основной целью программы является воспитание физически крепкого, выносливого и здорового поколения, способного вести здоровый образ жизни и использовать ценности игры в «Волейбол» для самовоспитания, саморазвития и самореализации.

Данная программа направлена не только на физическое развитие, программа развивает эмоциональную сферу, воспитывает нравственные качества, развивает дружеские и товарищеские отношения, сплочённость, честность, взаимовыручку, коллективизм. Осуществляется знакомство обучающихся школы с элементами, правилами и историей возникновения спортивной игры «Волейбол».

Представленная к рецензированию программа по внеурочной деятельности «Волейбол» разработана в соответствии с установленными требованиями Федерального образовательного стандарта спортивной подготовки и соответствует установленным нормативам и правилам.

Программа «Волейбол» может быть рекомендована к внедрению в образовательную деятельность учреждений дополнительного образования детей физкультурно-спортивной направленности.

Ведущий специалист МКУ КНМЦ

Подпись Е.Ю.Корчагин удостоверяю,
Директор МКУ КНМЦ
Дата 22.02.22 № 45



Е.Ю.Корчагин

Ф.И.Ваховский

КОПИЯ ВЕРНА
Директор МАОУ СОШ № 50
В.А.Васева

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
средняя общеобразовательная школа №50
имени Нины Фурсовой

УТВЕРЖДЕНО
решением педагогического совета
МБОУ СОШ № 50
от 31.08. 2021 года протокол № 38
Председатель педсовета

В.А.Васева



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности «Волейбол»

Уровень образования: основное общее образование (5-7 классы)

Количество часов: 102

Учитель Порфириади Ирина Григорьевна, учитель физической культуры
МБОУ СОШ №50

Программа разработана в соответствии с ФГОС ООО с учётом примерной основной образовательной программы основного общего образования по физической культуре.

с учётом УМК «Внеурочная деятельность. Волейбол: пособие для учителей и методистов» Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов.- М. : Просвещение, 2013,; В.И. Ляха, М.Я. Виленского. Изд. 7-е. Серия «Физическое воспитание» - М: Просвещение, 2019г

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Волейбол» для 5-7 классов разработана в соответствии с ФГОС ООО и авторских программ:

В.И. Ляха: Физическая культура. 5 - 9 классы. Примерные рабочие программы.

Предметная линия учебников В.И. Ляха, М.Я. Виленского. Изд. 7-е. Серия «Физическое воспитание» - М: Просвещение, 2019;

Учебное пособие « Внеурочная деятельность. Волейбол: пособие для учителей и методистов»/Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов.- М. : Просвещение, 2013,

Учебник - Волейбол: пособие для учителей и методистов»/Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов.- М. : Просвещение, 2013

Личностные результаты:

1. Гражданское воспитание
 - формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
2. Патриотическое воспитание
 - усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества;
 - воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
3. Духовно-нравственное воспитание
 - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
 - развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
4. Эстетическое воспитание
 - формирование уважительного отношения к культуре других народов
 - формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
5. Физическое воспитание и формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия
 - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
 - формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах
6. Трудовое воспитание
 - формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно-полезной, творческой и других видов деятельности;
7. Экологическое воспитание
 - готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;

- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
8. Ценности научного познания
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
 - формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию

Метапредметные результаты:

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организация самостоятельной деятельности с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;
- управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильное выполнение двигательных действий, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

К концу обучения обучающийся научится:

- планировать занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- измерять индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;
- представление о средствах укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- осуществлять бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения;
- организовать и проводить занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физических упражнений и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и

2. Содержание программы внеурочной деятельности “Волейбол”

5 класс

Раздел 1. Перемещения. (3 ч)

Стойка игрока (исходные положения). Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).

Раздел 2. Передачи мяча. (6 ч)

Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении). Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи. Передача мяча снизу двумя руками над собой. Передача мяча снизу двумя руками в парах

Раздел 3. Подачи мяча.

Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача. Подача в прыжке

Раздел 4. Атакующие удары (нападающий удар) (3 ч) Прямой нападающий удар (по ходу). Нападающий удар с переводом вправо (влево)

Раздел 5. Прием мяча. (4 ч) Прием мяча снизу двумя руками. Прием мяча сверху двумя руками. Прием мяча, отраженного сеткой

Раздел 6. Блокирование атакующих ударов. (3 ч) Одиночное блокирование. Групповое блокирование (вдвоем, втроем). Страховка при блокировании

Раздел 7. Тактические игры . (4 ч) Индивидуальные тактические действия в нападении, защите. Групповые тактические действия в нападении, защите. Командные тактические действия в нападении, защите. Двухсторонняя учебная игра.

Раздел 8. Подвижные игры и эстафеты. (4 ч) Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий. Игры развивающие физические способности

Раздел 9. Физическая подготовка (4 ч) Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

6 класс

Раздел 1. Перемещения. (3 ч) Стойка игрока (исходные положения). Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).

Раздел 2. Передачи мяча. (6 ч) Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении). Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи. Передача мяча снизу двумя руками над собой. Передача мяча снизу двумя руками в парах

Раздел 3. Подачи мяча. (3 ч) Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача. Подача в прыжке

Раздел 4. Атакующие удары (нападающий удар) (3 ч) Прямой нападающий удар (по ходу). Нападающий удар с переводом вправо (влево)

Раздел 5. Прием мяча. (4 ч) Прием мяча снизу двумя руками. Прием мяча сверху двумя руками. Прием мяча, отраженного сеткой

Раздел 6. Блокирование атакующих ударов. (3 ч) Одиночное блокирование. Групповое блокирование (вдвоем, втроем). Страховка при блокировании

Раздел 7. Тактические игры . (4 ч) Индивидуальные тактические действия в нападении, защите. Групповые тактические действия в нападении, защите. Командные тактические действия в нападении, защите. Двухсторонняя учебная игра.

Раздел 8. Подвижные игры и эстафеты. (4 ч) Игры и эстафеты на закрепление и

совершенствование технических приемов и тактических действий. Игры развивающие физические способности

Раздел 9. Физическая подготовка (4 ч) Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

7 класс

Раздел 1. Перемещения. (3 ч) Стойка игрока (исходные положения). Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).

Раздел 2. Передачи мяча. (6 ч) Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении). Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи. Передача мяча снизу двумя руками над собой. Передача мяча снизу двумя руками в парах

Раздел 3. Подачи мяча. (3 ч) Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача. подача в прыжке

Раздел 4. Атакующие удары (нападающий удар) (3 ч) Прямой нападающий удар (по ходу). Нападающий удар с переводом вправо (влево)

Раздел 5. Прием мяча. (4ч) Прием мяча снизу двумя руками. Прием мяча сверху двумя руками. Прием мяча, отраженного сеткой

Раздел 6. Блокирование атакующих ударов. (3 ч) Одиночное блокирование. Групповое блокирование (вдвоем, втроем). Страховка при блокировании

Раздел 7. Тактические игры . (4 ч) Индивидуальные тактические действия в нападении, защите. Групповые тактические действия в нападении, защите. Командные тактические действия в нападении, защите. Двухсторонняя учебная игра.

Раздел 8. Подвижные игры и эстафеты. (4 ч) Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий. Игры развивающие физические способности

Раздел 9. Физическая подготовка (4 ч) Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

3. Тематическое планирование внеурочной деятельности “Волейбол”

№	Тема	5 класс	6 класс	7 класс
	Перемещения			
	Передачи мяча.			
	Подачи мяча			
	Атакующие удары (нападающий удар)			
	Прием мяча			
	Блокирование атакующих ударов.			
	Тактические игры .			
	Подвижные игры и эстафеты.			
	Физическая подготовка			
Итого				

**Тематическое планирование по внеурочной деятельности “Волейбол”
5 класс**

№	Тема	Кол-во часов	Дата проведения	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне УУД)	Основные направления воспитательной деятельности
1.	Техника безопасности при занятиях спортивными играми. Стойки и перемещения.			Повторять ранее изученные правила ТБ, знать и применять основные элементы волейбола	
2.	Ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении. Игра «Гонка мячей по кругу».			Овладевают основными приёмами игры в волейбол.	
3.	Эстафеты с приемом мяча снизу.			Описывать технику приема мяча во время эстафеты	
4.	Передача мяча одной рукой от плеча в движении. Игра «Овладей мячом».			Используют игровые упражнения для развития названных координационных способностей.	
5.	Ловля и передача мяча в тройках и квадратах.			Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности	
6.	Техническая подготовка волейболиста.			Характеризуют технику и тактику выполнения соответствующих игровых двигательных действий.	
7.	Контроль выполнения перебивание кулаком у верхнего края сетки.			Характеризуют технику и тактику выполнения соответствующих игровых двигательных действий.	
8.	Контроль выполнения передачи мяча правой и левой рукой с изменением направления			Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	
9.	Двухсторонняя игра			Применяют полученные знания во время игры со сверстниками	
10.	Игра «Мяч капитану».			Используют игровые упражнения для развития названных координационных способностей	
11.	Комбинация из освоенных элементов: бег, остановки, повороты.			Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	

12.	Контроль выполнения передачи мяча через сетку по зонам.			Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	
13.	Тактика свободного и позиционного нападения в волейболе.			Используют упражнения для развития названных координационных способностей	
14.	Тактические действия. Игры в «Волейбол».			Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки	
15.	Игры «Стрит-бол», «Мини-баскетбол».			Используют игровые упражнения для развития названных координационных способностей	
16.	Правила и организация игры волейбол. Стойки и держание мяча.			Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	
17.	Перемещения в стойке. Бег из различных и.п., с ускорением, остановками, изменением направления.			Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности	
18.	Ловля и передача набивного мяча двумя руками в парах и тройках.			Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности	
19.	Передачи мяча двумя руками сверху, через сетку.			Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности	
20.	Техника верхней прямой подачи.			Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки	
21.	Передача мяча в движении в парах.			Используют упражнения для развития названных координационных способностей	
22.	Контроль техники передачи мяча сверху двумя руками через сетку.			Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности	
23.	Верхняя прямая подача в парах.			Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий,	

				осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки	
24.	Подвижная игра «Мяч в воздухе», эстафета волейболистов.			Используют игровые упражнения для развития названных координационных способностей	
25.	Контроль техники верхней прямой подачи.			Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки	
26.	Техника прямого нападающего удара.			Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки	
27.	Учебная игра «Волейбол» по упрощенным правилам.			Применяют полученные знания во время игры со сверстниками	
28.	Правила и организация игры в волейбол.			Объясняют правила и основы организации игры.	
29.	Передача мяча. Игра в волейбол.			Объясняют правила и основы организации игры.	
30.	Игра в волейбол с самостоятельным судейством.			Объясняют правила и основы организации игры.	
31.	Передачи и приемы мяча после передвижения.			Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности	
32.	Верхняя прямая подача.			Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности	
33.	Подача мяча на точность по зонам.			Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки	
34.	Учебная игра «Волейбол» по упрощенным правилам.			Применяют полученные знания во время игры со сверстниками	

Тематическое планирование по внеурочной деятельности «Волейбол»

6 класс

№	Тема	Кол-во часов	Дата проведения	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне УУД)	Основные направления воспитательной деятельности
	Стойка игрока. Перемещение в стойке приставными шагами, правым, левым боком.			Повторять ранее изученные правила ТБ, знать и применять основные элементы волейбола	
	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).			Овладевают основными приёмами игры в волейбол.	
	Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении).			Описывать технику приема мяча во время эстафеты	
	Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).			Используют игровые упражнения для развития названных координационных способностей.	
	Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи.			Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности	
	Передача мяча снизу двумя руками над собой.			Характеризуют технику и тактику выполнения соответствующих игровых двигательных действий.	
	Передача мяча снизу двумя руками в парах.			Характеризуют технику и тактику выполнения соответствующих игровых двигательных действий.	
	Нижняя прямая.			Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	
	Верхняя прямая.			Применяют полученные знания во время игры со сверстниками	
	Подачи в прыжке.			Используют игровые упражнения для развития названных координационных способностей	
	Техника и обучение техническим приемам игры.			Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	
	Обучение стойке волейболиста и технике перемещений.			Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	
	Обучение стойке волейболиста и технике			Используют упражнения для развития названных	

	перемещений. Приставными шагами.			координационных способностей	
	Обучение техники передачи мяча сверху двумя руками вверх-вперед (в опорном положении) на месте.			Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки	
	Передачи мяча после подбрасывания.			Используют игровые упражнения для развития названных координационных способностей	
	Передачи мяча в парах после набрасывания партнером.			Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	
	Подвижные игры с верхней передачей мяча. «Мяч в воздухе».			Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности	
	Подвижные игры с верхней передачей мяча. «Вызов номеров».			Используют игровые упражнения для развития названных координационных способностей	
	Обучение нижней прямой подаче. Подачи в парах.			Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности	
	Подачи мяча через сетку по зонам 1,3,4,5,6.			Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки	
	Обучение приему мяча снизу двумя руками.			Используют упражнения для развития названных координационных способностей	
	Обучение приему мяча снизу двумя руками.			Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности	5
	Обучение приему мяча после отскока от пола.			Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки	
	Обучение приему мяча после набрасывания через сетку.			Используют игровые упражнения для развития названных координационных способностей	
	Индивидуальные тактические действия в нападении.			Описывают тактику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки	
	Индивидуальные тактические действия в нападении.			Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки	

Индивидуальные тактические действия в защите.			Применяют полученные знания во время игры со сверстниками	
Развитие координационных способностей.			Применяют разученные упражнения для развития координационные способности	
Развитие выносливости.			Применяют разученные упражнения для развития выносливости.	
Развитие гибкости.			Применяют разученные упражнения для развития гибкости	
Прием мяча снизу над собой.			Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности	
Нижняя прямая подача			Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности	
Передача мяча сверху двумя руками.			Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки	
Коррекция навыков и умений по спортивным играм.			Применяют полученные знания во время игры со сверстниками	

Тематическое планирование по внеурочной деятельности “Волейбол”

7 класс

№	Тема	Количество часов	Дата проведения	Основные виды деятельности обучающихся	Основные направления воспитательной деятельности
	Правила и организация игры волейбол. Стойки и держание мяча.			Повторять ранее изученные правила игры в волейбол, знать и применять основные элементы волейбола	
	Перемещения в стойке. Бег из различных и.п., с ускорением, остановками, изменением направления.			Овладевают основными приёмами игры в волейбол.	
	Ловля и передача набивного мяча двумя руками в парах и тройках.			Развивают силу, координацию в упражнениях с мячами	
	Передачи мяча двумя руками сверху, через сетку.			Используют игровые упражнения для развития названных координационных способностей.	

Передачи мяча во встречных колоннах. Нижняя прямая подача.			Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности	
Передача мяча в движении в парах.			Характеризуют технику и тактику выполнения соответствующих игровых двигательных действий.	
Контроль техники передачи мяча сверху двумя руками через сетку.			Характеризуют технику и тактику выполнения соответствующих игровых двигательных действий.	
Нижняя прямая подача в парах.			Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	
Отбивание мяча кулаком через сетку. Комбинации из освоенных элементов.			Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	
Контроль техники нижней прямой подачи.			Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	
Контроль техники верхней прямой подачи.			Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	
Техника прямого нападающего удара.			Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	
Учебная игра «Волейбол» по упрощенным правилам.			Применяют свои знания на практике	
Комбинации из освоенных элементов.			Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки	
Передача двумя руками сверху в прыжке.			Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	
Передача сверху за голову в опорном положении .			Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	
Коррекция навыков и умений по спортивным играм.			Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и	

				действий, соблюдают правила безопасности	
	Передача мяча сверху двумя руками.			Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности	
	Прием мяча снизу над собой.			Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности	
	Нижняя прямая подача Контроль.			Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки	
	Коррекция навыков и умений по спортивным играм.			Используют свои знания для исправления типичных ошибок	
	Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед.			Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности	
	Игра по упрощенным правилам мини-волейбола.			Применяют свои знания на практике	
	Совершенствования психомоторных способностей.			Используют свои знания для исправления типичных ошибок	
	Упражнения на быстроту и точность реакций.			Применяют изученные упражнения для развития скоростных способностей	
	Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6м от сетки.			Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	
	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.			Применяют разученные упражнения для развития координационные способности	
	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар.			Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	
	Развитие координационных способностей			Применяют разученные упражнения для развития координационные способности	
	Тактика свободного нападения.			Используют свои знания для исправления типичных ошибок	
	Позиционное нападение с изменением позиций.			Используют свои знания для исправления типичных ошибок	
	Подвижные игры и игровые задания.			Используют игровые упражнения для развития названных координационных способностей	

	Игра «Волейбол» по упрощенным правилам Передача двумя руками сверху в прыжке.			Применяют свои знания на практике	
	Передача сверху за голову в опорном положении.			Применяют свои знания на практике	

РЕЦЕНЗИЯ

На рабочую программу внеурочной деятельности для учащихся
1-4 х классов « Подвижные игры. ОФП.» учителя физической культуры
МАОУ СОШ № 50 г. Краснодара
Порфириады Ирины Григорьевны

Программа внеурочной, деятельности «Подвижные игры. ОФП» учителя физической культуры МАОУ СОШ № 50 г. Краснодара Порфириады Ирины Григорьевны предназначена для детей 7-11 лет, рассчитана на 4 года обучения, имеет спортивно-оздоровительную направленность.

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу. Общая продолжительность обучения составляет 135 учебных часов практических и теоретических занятий.

Целью рабочей программы внеурочной деятельности «Подвижные игры» является формирование установки на ведение здорового образа жизни и обучение способам, приемам сохранения и укрепления собственного здоровья; приобщение к занятиям подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности. Задачи программы:

- сформировать у детей необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни;
- формировать у детей мотивационную сферу гигиенического поведения, физического воспитания;
- обеспечить физическое и психическое саморазвитие;
- научить использовать полученные знания в повседневной жизни;
- обеспечить двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;

Программа разработана с учетом обеспечения интеграции различных видов деятельности. Пути реализации программы четко описаны и доступны в применении. Программа состоит из: планируемых результатов, содержания программы, тематического планирования.

Предлагаемая программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка.

Программа может быть успешно реализована в общеобразовательных учреждениях и учреждениях дополнительного образования города.

Начальник отдела МКУ КНМЦ

Е.Ю.Корчагин

Подпись Е.Ю. Корчагина удостоверяю,
Исполняющий обязанности
Директора МКУКНМЦ



Ю.Ю.Михненко

Дата 25.07.24 № 320



Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
средняя общеобразовательная школа № 50
имени Нины Фурсовой

Утверждено решением педсовета
Протокол № 21 от 30.08.2023

Председатель педсовета

В.А. Васева

М.П.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности «Подвижные игры. ОФП»

Уровень образования: 1-4 классы

Количество часов: 135 часов

Учитель физической культуры: Порфириади Ирина Григорьевна

Программа разработана в соответствии с ФГОС 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности для 1-4 классов «Подвижные игры» составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования 2023 года, Федеральной общеобразовательной программы, с учетом учебно-методической литературы.

Рабочая программа составлена с учетом следующего распределения учебных часов, согласно учебному плану школы – 33 ч -1 час в неделю (1 класс), 34 ч. -1 час в неделю (2-4 класс).

Актуальность

Данный курс актуален. Он помогает младшим школьникам развить свои спортивные навыки и способности.

Подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. В основе подвижных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания.

Планирование учебного материала рекомендуется в соответствии с постепенным освоением теоретических знаний, практических умений и навыков в учебной и самостоятельной физкультурной, оздоровительной деятельности. В основе программы по физической культуре лежит системно-деятельностный подход, целью которого является формирование у обучающихся полного представления о возможностях физической культуры. Организуется овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (например, распорядок дня, утренняя гимнастика, гимнастические минутки, подвижные и общеразвивающие игры), умения применять правила безопасности при выполнении физических упражнений и различных форм двигательной деятельности и, как результат, – физическое воспитание, формирование здоровья и здорового образа жизни.

Цель: Обогащение представлений детей о разнообразии подвижных игр и возможности использовать их при организации досуга; воспитание культуры игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как к проявлению здорового образа жизни; обучение способам овладения различными элементами спортивно-оздоровительной деятельности.

Задачи:

1. Формирование знаний и представлений о здоровом образе жизни;
2. Обучение правилам поведения в процессе коллективных действий;
3. Расширение кругозора младших школьников.
4. Развитие познавательного интереса к подвижным играм, включение их в познавательную деятельность;
5. Развитие активности, самостоятельности, ответственности;

Характеристика курса

Содержание учебного материала программы соответствует целям и задачам подготовки, и спортивному развитию младших школьников. Курс рассчитан на учащихся 1-4 классов общеобразовательной школы. Он дополняет программу физической культуры.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры.ОФП» предназначена для учащихся 1-4 классов. Реализация программы осуществляется посредством двигательной деятельности с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у младших школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание, мышление, творческая самостоятельность.

Занятия проводятся в учебном кабинете, на улице, в спортивном зале после всех уроков основного расписания.

Данная работа начинается с 1 класса на доступном младшим школьникам уровне, преимущественно в виде:

- подвижных игр;
- спортивных эстафет;
- спортивных соревнований;
- спортивно-оздоровительных часов;
- прогулок.

Для того чтобы дети активно участвовали в подвижных играх, игры подбираются с учетом особенностей конкретных детей, что позволяет скорректировать их недостатки, исключить проявление неуверенности, комплексов среди учеников. Освоение тех или иных видов игр начинается с ознакомления с ТБ, с физических упражнений и ознакомлением с основными элементами игры.

При проведении занятия на открытом воздухе важно придерживаться температурных режимов, которые установлены местными органами здравоохранения и просвещения и правильно дозировать физические нагрузки.

Большое внимание на каждом уроке уделяется воспитанию у учащихся таких нравственных и волевых качеств, как дисциплинированность, доброжелательность, честность, отзывчивость, смелость, а также данные занятия содействуют развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.).

Рабочая программа «Подвижные игры» носит спортивно-оздоровительный характер и предназначена для укрепления здоровья, физического развития учащихся начальной школы.

Планируемые результаты освоения учебного курса

Личностные результаты освоения учебного курса.

Личностные результаты освоения программы по физической культуре на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

1) патриотическое воспитание:

ценностное отношение к отечественному спортивному, культурному, историческому и научному наследию, понимание значения физической культуры в жизни современного общества, способность владеть достоверной информацией о спортивных достижениях сборных команд по видам спорта на международной спортивной арене, основных мировых и отечественных тенденциях развития физической культуры для блага человека, заинтересованность в научных знаниях о человеке;

2) гражданское воспитание:

представление о социальных нормах и правилах межличностных отношений в коллективе, готовность к разнообразной совместной деятельности при выполнении учебных, познавательных задач, освоение и выполнение физических упражнений, создание учебных проектов, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи в процессе этой учебной деятельности, готовность оценивать своё поведение и поступки своих товарищей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков, оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;

3) ценности научного познания:

знание истории развития представлений о физическом развитии и воспитании человека в российской культурно-педагогической традиции; познавательные мотивы,

направленные на получение новых знаний физической культуре, необходимых для формирования здоровья и здоровых, физического развития и физического совершенствования; познавательная и информационная культура, в том числе навыки самостоятельной работы с учебными текстами, справочной литературой, доступными техническими средствами информационных технологий; интерес к обучению и познанию, любознательность, готовность и способность к самообразованию, исследовательской деятельности, к осознанному выбору направленности и уровня обучения в дальнейшем;

4) формирование культуры здоровья:

осознание ценности своего здоровья для себя, общества, государства, ответственное отношение к регулярным занятиям физической культурой, в том числе освоению гимнастических упражнений и плавания как важных жизнеобеспечивающих умений, установка на здоровый образ жизни, необходимость соблюдения правил безопасности при занятиях физической культурой и спортом;

5) экологическое воспитание:

экологически целесообразное отношение к природе, внимательное отношение к человеку, его потребностям в жизнеобеспечивающих двигательных действиях, ответственное отношение к собственному физическому и психическому здоровью, осознание ценности соблюдения правил безопасного поведения в ситуациях, угрожающих здоровью и жизни людей; экологическое мышление, умение руководствоваться им в познавательной, коммуникативной и социальной практике.

1. Гражданско-патриотическое воспитания

формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;

усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества;

воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной через подготовку к сдаче нормативов комплекса ГТО

2. Духовно-нравственное воспитание

развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

3. Эстетическое воспитание

формирование уважительного отношения к культуре других народов

формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

4. Физическое воспитание и формирование культуры здоровья и

эмоционального благополучия

формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;

усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах

5. Трудовое воспитание

формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно-полезной, творческой и других видов деятельности;

6. Экологическое воспитание

готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;

освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;

7. Ценности научного познания

развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего

формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию

развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций

Метапредметные результаты

1. Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;

2. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

3. Определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

4. Готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;

5. Овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;

6. Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты

1. Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;

2. Овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

3. Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

4. Умение взаимодействия со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

5. Выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Тематическое планирование

(1 класс)

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов	Характеристика деятельности обучающихся	Основные виды воспитательной деятельности
I	Теоретические сведения	5		
1	Правила техники безопасности на занятиях.	1	Изучение основных правил поведения	5
2	Страховка, предупреждение травм, оказание первой медицинской помощи.	1	Изучение основ страховки и оказания ПМП.	5
3	Сведения о строении и функциях организма человека. Гигиена.	1	Изучение функций организма, понятие гигиены.	5
4	Закаливание организма.	1	Изучение основных форм закаливания.	5
5	Места занятий, инвентарь и уход за ним. Терминология основных упражнений и действий.	1	Изучение терминологии основных упражнений	5
II	Двигательные действия и навыки	28		

1	Легкоатлетические упражнения	8	Разнообразные упражнения л/атлетики	7
2	Гимнастические упражнения	8	Разнообразные гимнастические упражнения	7,6
3	Подвижные игры и эстафеты	12	Различные игры и эстафеты с инвентарем и без	1
	Итого:	33		

(2 класс)

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов	Характеристика деятельности обучающихся	Основные виды воспитательной деятельности
I	Теоретические сведения	5		
1	Правила техники безопасности на занятиях	1	Закрепление правил техники безопасности	5
2	Страховка, предупреждение травм, оказание первой медицинской помощи.	1	Закрепление правил страховки	5
3	Сведения о строении и функциях организма человека. Гигиена.	1	Изучение строения организма, гигиены человека	5
4	Закаливание организма	1	Специальные упражнения на закаливание организма	5
5	Места занятий, инвентарь и уход за ним. Терминология основных упражнений и действий.	1	Уход за инвентарем, изучение терминологии	5

			основных упражнений	
II	Двигательные действия	29		5
1	Легкоатлетические упражнения	8	Разнообразные упражнения л/атлетики	5
2	Гимнастические упражнения	8	Разнообразные гимнастические упражнения	5
3	Подвижные игры и эстафеты, элементы спортивных игр	13	Подвижные игры и эстафеты с инвентарем и без	5
	Итого:	34		

(3 класс)

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов	Характеристика деятельности обучающихся	Основные виды воспитательной деятельности
I	Теоретические сведения	5		
1	Правила техники безопасности на занятиях	1	Закрепление правил техники безопасности	5
2	Страховка, предупреждение травм, оказание первой медицинской помощи.	1	Закрепление изученного	5
3	Сведения о строении и функциях организма человека. Гигиена.	1	Изучение врачебного контроля и самоконтроля	5
4	Закаливание организма	1	Разнообразные упражнения на закаливание организма	1,5

5	Места занятий, инвентарь и уход за ним. Терминология основных упражнений и действий.	1	Повторение изученного	5
II	Двигательные действия	29		
1	Легкоатлетические упражнения	5	Разнообразные упражнения л/атлетики	7
2	Гимнастические упражнения	5	Различные гимнастические упражнения	7,6
3	Подвижные игры и эстафеты, элементы спортивных игр	19	Подвижные игры и эстафеты с инвентарем и без	1,8
	Итого:	34		

(4 класс)

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов	Характеристика деятельности обучающихся	Основные виды воспитательной деятельности
I	Теоретические сведения	5		
1	Правила техники безопасности на занятиях	1	Закрепление правил техники безопасности	5
2	Страховка, предупреждение травм, оказание первой медицинской помощи.	1	Оказание страховки и ПМП самими учащимися	5
3	Сведения о строении и функциях организма человека. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль	1	Изучение строения организма и его функций	5

4	Закаливание организма	1	Разнообразные упражнения на закаливание организма	5
5	Места занятий, инвентарь и уход за ним. Терминология основных упражнений и действий.	1	Закрепление терминологии основных упражнений и действий	5
II	Двигательные действия	29		
1	Легкоатлетические упражнения	8	Разнообразные упражнения л/атлетики	5,7
2	Гимнастические упражнения	8	Разнообразные гимнастические упражнения	5,7
3	Подвижные игры и эстафеты, элементы спортивных игр	13	Подвижные игры и эстафеты с инвентарем и без	1,5,8
	Итого:	34		

Список литературы

1. Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 2021г.
2. «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2022 г.
3. Игры в школе. – Мн. Харвест, М.: Издательство АСТ, 2000. – 144 с.

УДОСТОВЕРЕНИЕ О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

Порфириадн
(фамилия, имя, отчество)

Ирина Григорьевна

с **03 сентября 2023** г. по **04 октября 2023** г.

прошла(-а) обучение в (на) **ООО «Инфоурок»**
(наименование)

образовательного учреждения (наименование) индивидуального профессионального образования)

Удостоверение является документом
установленного образца о повышении квалификации

по **программе повышения квалификации**
(наименование программы, тематика, программа дополнительного профессионального образования)

**«Адаптивная физическая культура в школе для детей с ОВЗ в условиях реализации
обновленных ФГОС»**

в объеме **72 часов**
(количество часов)

Ректор (директор) **Шишко В.А.**

Секретарь **Космовакая А.Л.**

Год **2023**



КОПИЯ ВЕРНА
Директор МАОУ СОШ № 50
Васева
В.А. Васева

УДОСТОВЕРЕНИЕ О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

Порфириадн

Ирина Григорьевна

с **07 июня 2024**

по **24 июля 2024**

прошел(-ла) обучение в (на)

ООО «Московский институт

профессиональной переподготовки

и повышения квалификации педагогов»

по **программе повышения квалификации**

«Педагогическая деятельность по физической культуре в

рамках основного и среднего общего образования в условиях

реализации ФГОС»

72 часов

(количество часов)

Ректор (директор)

Секретарь

Город **Москва**

Год **2024**

Удостоверение выдается документом
установленного образца о повышении квалификации

Регистрационный номер **115163**
ПК№ **0116681**

КОПИЯ ВЕРНА

Директор **МАДОВСКИЙ И.С.**

В.А. Вайева



Департамент образования администрации
муниципального образования город Краснодар



Благодарственное письмо

Учатся у тех, кого любят. И.Гёте

НАГРАЖДАЕТСЯ

Порфириади Ирина Григорьевна,
учитель физической культуры МАОУ СОШ №50 г.Краснодар,
за значительный вклад в развитие системы
образования города Краснодара в
Год педагога и наставника.

Желаем вдохновения, новых идей, творческих успехов.

Директор департамента

А.В.Звягинцев

Краснодар, 2023