


Муниципальное образование «Усть-Илимский район»
Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Тубинская средняя общеобразовательная школа»
(«МОУ «Тубинская СОШ»)

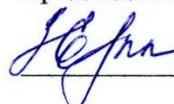
Рассмотрено

МО начальных классов
и гуманитарного цикла
Протокол № 01
От «02» сентября 2019г.
Руководитель МО

 В. С. Вешкина

Согласовано

МС
Протокол № 01
От «03» сентября 2019г.
Председатель МС

 Е. В. Зепп

Утверждаю

Приказ № 97
от «03» сентября 2019г.

Директор МОУ
«Тубинская СОШ»



Л. А. Солдатенко

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Факультативного курса

«Подвижные игры»
для обучающихся 7 класса
МОУ «Тубинская СОШ»
на 2019 - 2020 учебный год

Разработал (а):

ФИО Сухоруков В. А.

учитель физической культуры
первой квалификационной категории

2019 г.

Рабочая программа факультативного курса «Подвижные игры» предназначена для обучающихся 7 класса, составлена на основе требований к результатам освоения ООП ООО МОУ «Тубинская СОШ» с учетом программ, включенных в ее структуру.

Общее количество часов, отводимое на изучение факультативного курса, составляет 34 часа из расчета 1 учебный час в неделю.

1. Планируемые результаты.

Личностные результаты

- повышение уровня физической подготовленности ,
- приобретение навыков и умений по изучаемым видам подвижных игр;
- умение технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации;
- сформированность интереса к постоянным самостоятельным занятиям спортом и дальнейшему самосовершенствованию,
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний, травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;
- сформированность ответственного отношения к учению и личному здоровью.

Метапредметные результаты

- умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности,
- анализировать существующие и планировать будущие образовательные результаты;
- идентифицировать собственные проблемы и определять главную проблему;
- ставить цель деятельности на основе определенной проблемы и существующих возможностей;
- формулировать учебные задачи как шаги достижения поставленной цели деятельности;
- определять необходимые действие(я) в соответствии с учебной и познавательной задачей и составлять алгоритм их выполнения; обосновывать и осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения учебных и познавательных задач;
- определять/находить, в том числе из предложенных вариантов, условия для выполнения учебной и познавательной задачи;
- выстраивать жизненные планы на краткосрочное будущее (заявлять целевые ориентиры, ставить адекватные им задачи и предлагать действия, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов)

Предметные результаты:

Обучающийся научится:

- определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий.
- излагать историю возникновения игр
- тактике, применяемой на разных этапах игры

Обучающийся получит возможность научиться:

- *определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья,*
- *устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.*
- *владеть приемами и тактикой подвижных игр*

Формы внеурочной деятельности:

- занятие
- соревнование
- игра
- эстафета

Виды внеурочной деятельности

- игровая деятельность
- спортивно-оздоровительная деятельность

2. Содержание программы факультативного курса

Тема 1. Футбол.

История происхождения игры. Техника движений и ее основные показатели. Общефизическая подготовка и ее связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств. Правила безопасности и гигиенические требования.

Тема 2 Русская лапта.

Правила и история происхождения русской народной игры. Основные техники игры. Обще физическая подготовка. Правила безопасности и гигиенические требования.

Тема 3 Волейбол

История возникновения игры, ее правила. Отработка основных передач, работа в команде

Тема 4 Настольный теннис

История возникновения игры. Основы техники и тактики игры. Тренировка упражнений с мячом и ракеткой. Изучение подач. Техника ударов «накат» справа и слева.

Тема 5 Баскетбол.

История происхождения игры её характеристики, Правила игры. техника передвижения. повороты и остановки в движении .сочетание способов передвижений.

3. Тематическое планирование

№	Тема	Кол-во часов
	<u>1.ФУТБОЛ</u>	9
1	Техника безопасности. История возникновения игры. Правила игры.	1
2	Техника передвижения. Удары по мячу.	1
3-4	Ведение мяча. Остановка мяча. Обманные движения.	2
5-6.	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.	2
7	Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	1
8-9	Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.	2
	<u>2 РУССКАЯ ЛАПТА</u>	5
10	Техника безопасности. История возникновения игры. Правила игры.	1
11	Основы техники игры. Стойка игрока, техника ударов битой по мячу, перебежки, осаливание.	1
12	Ловля мяча и передача в парах.	1
13	Выбор биты. Удары битой по мячу сверху.	1
14	Передача, удары битой сверху, метание в цель.	1
	<u>3 ВОЛЕЙБОЛ</u>	10
15	Техника безопасности. История возникновения игры. Правила игры.	1

16	Действия без мяча. Перемещения и стойки игроков.	1
17-18	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Встречная передача.	2
19-21	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.	3
22-24	Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование.	3
25	Командные действия. Прием подач.	1
	<u>4 НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС</u>	4
26	Техника безопасности. История возникновения игры. Правила игры.	1
27	Правильная хватка ракетки, способы игры. Техника перемещений.	1
28	Основы техники и тактики игры. Тренировка упражнений с мячом и ракеткой. Изучение подач.	1
29	Техника ударов «накат» справа и слева.	1
	<u>5 БАСКЕТБОЛ</u>	5
30	Техника безопасности. История возникновения игры. Правила игры.	1
31	Техника передвижения. Повороты и остановки в движении. Сочетание способов передвижений.	1
32	Ловля и передачи мяча двумя руками.	1
33	Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости ведения.	1
34	Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок одной рукой.	1
ИТОГО:		34