

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Тацинская средняя общеобразовательная школа №3

«Утверждаю»
Директор МБОУ ТСОШ №3
Приказ от 31.08.2021г № 90
_____ С.А. Бударин

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ «СПОРТИВНЫЕ КАЗАЧЬИ ИГРЫ»
(СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ)

Уровень общего образования (класс)

ОСНОВНОЕ ОБЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ, 6 А КЛАСС

(начальное общее, основное общее, среднее общее образование с указанием класса)

Количество часов в неделю: 1ч, 35 часов за год

Учитель: Польшенская Оксана Федоровна

Рабочая программа разработана на основе Примерной программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование/В.А. Горский, А.А.Тимофеев, Д.В. Смирнов и др.; под ред. В.А. Горского. – М: «Просвещение», 2014, в соответствии с ФГОС основного общего образования.

ст. Тацинская
2021-22 учебный год

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются личностные, метапредметные и предметные результаты.

1.1 Предметные результаты

Умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;

Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

Умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

Воспитанники научатся

- понимать особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепления здоровья;
- свои права и права других людей;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать свое поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.
- значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми;
- названия разучиваемых технических приемов игр и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приемов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- основное содержание правил соревнований по спортивным играм;
- жесты судьи спортивных игр;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами спортивных игр;

Воспитанники получают возможность научиться

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях спортивными играми;
- выполнять технические приемы и тактические действия;
- контролировать свое самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях спортивными казачьими играми;
- играть в спортивные игры с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты судьи спортивных игр;
- проводить судейство спортивных игр.

1.2 Метапредметные результаты

1.2.1 Познавательные

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.
- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;
- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;
- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

1.2.2 Регулятивные

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;

- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок,
- использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

1.2.3 Коммуникативные

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им.
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика)
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

1.3 Личностные результаты

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные казахи игры» является формирование следующих умений:

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;

- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.
- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм и видов деятельности

№ темы	Наименование раздела	Кол-во часов	Содержание курса	Виды деятельности	Формы организации
1	Основы знаний. Введение.	1 ч	Вводное занятие. История казачьих игр. Знакомство с общими правилами казачьих игр. Правила безопасности во время игры. Роль и значение регулярных занятий физическими упражнениями для укрепления здоровья человека.	Спортивно-оздоровительная Познавательная Игровая	Беседа Игра Работа в группах
2	Игры с бегом и уверткой.	2 ч	Правила каждой игры. Техника безопасности в каждой игре. Игры: «Колесо», «Шкракобушка». Игры с шапкой. История игры.	Спортивно-оздоровительная Познавательная Игровая	Беседа Игра Работа в группах
3	Игры с прыжками, бегом и борьбой.	2 ч	Правила каждой игры. Техника безопасности в каждой игре. Игры: «Гупа», «Упрямые всадники». История игры.	Спортивно-оздоровительная Познавательная Игровая	Беседа Игра Работа в группах
4	Игры и упражнения с метанием, игры с камешками.	3 ч	Техника безопасности на занятиях и соревнованиях. Для чего ее нужно помнить. Как ее применять. Взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности. Игры: «Казанки», «Ходок», «Метко в цель». История игры.	Спортивно-оздоровительная Познавательная Игровая	Беседа Игра Работа в группах
5	Игры с мячом.	6 ч	Объяснение правил выполнения подвижных игр, двигательных действий, анализирование и нахождение ошибок, эффективное их	Спортивно-оздоровительная Познавательная	Беседа Игра Работа в группах

			исправление. Техника безопасности на занятиях. Игры: «Вольная лапта», «Каша», «Об стенку», «Пристенки», «Шлёпанка», «Беговой мяч», «Сало». История игры.	Игровая	
6	Игры со жгутом, палками.	4 ч	Правила каждой игры. Техника безопасности в каждой игре. Игры: «Пан», «Казачьи бои», «Перетягивание», «Кзаки ». Игры с коновязью.	Спортивно-оздоровительная Познавательная Игровая	Беседа Игра Работа в группах
7	Игры без игрушек.	6 ч	Правила каждой игры. Техника безопасности в каждой игре. Игры: «Шум», «Горячее место», «Бешеный телёнок», «Молчан», «Пчёлы». История игры.	Спортивно-оздоровительная Познавательная Игровая	Беседа Игра Работа в группах
8	Символические игры.	5 ч	Правила каждой игры. Техника безопасности в каждой игре. Игры: «Кзаки-разбойники», «Ящерица», «Золото», «Король», «Донской край-земля казачества. История игры.	Спортивно-оздоровительная Познавательная Игровая	Беседа Игра
9	Конкурсы-эстафеты.	6 ч	Эстафеты с мячом, скакалками, палками.	Спортивно-оздоровительная Познавательная Игровая	Беседа Игра Работа в группах Соревнования

3. Календарно - тематическое планирование

№	дата	Наименование раздела и тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся
1. Основы знаний. Введение. 1 час				
1	07.09	История и особенности казачьих игр.	1	Познакомиться с задачами курса. Осознавать национальную принадлежность. Возродить традиции донского казачества в области духовно– нравственного и физического воспитания.
2. Игры с бегом и уверткой 2часа				
2	14.09	Игра «Колесо»	1	Формировать умение расслабляться, быть чуткими, заботливыми по отношению друг к другу, развивать позитивный образ своего тела

3	21.09	Игра «Шкракобушка». Игра в шапку. Игра «Прогон»	1	
3. Игры с прыжками, бегом и борьбой 2 часа				
4	28.09	Игра «Гупа»	1	Формирование простейших навыков единоборств в стандартных условиях с ограниченным числом разрешённых действий; развитие чувства дистанции; воспитание ловкости, внимательности, быстроты реакции.
5	05.10	Игра «Упрямые всадники»	1	
4. Игры и упражнения с метанием, игры с камешками 3 часа				
6	12.10	Игра «Казанки»	1	Развивать психические процессы: зрительно-слуховое восприятие, тонкой моторики рук, координации движений, чувства ритма. Развитие меткости, ловкости, быстроты двигательной реакции, закрепление передвижения, развитие подвижности, манёвренности.
7	19.10	Игра «Ходок»	1	
8	26.10	Игра «Метко в цель».	1	
5. Игры с мячом 6 часов				
9	09.11	Игра «Беговой мяч»	1	Формирование и совершенствование навыков броска и ловли мяча, воспитание ловкости, внимательности; развитие координационных движений, маневрирования; быстрота реакции в соревновательных условиях; выявление и пополнение знаний о спортивном инвентаре; ознакомление со спортивным инвентарем, применяемом в казачьих играх; выявление набора казачьих игр с использованием спортивного инвентаря, известных детям.
10	16.11	Игра «Вольная лапта»	1	
11	23.11	Игра «Каша»	1	
12	30.11	Игра «Об стенку»	1	
13	07.12	Игра «Пристенки»	1	
14	14.12	Игра «Шлёпанка»	1	
6. Игры со жгутом, палками 4 часа				
15	21.12	Игра «Перетягивание»	1	Формирование техники и приёмов игры с палками или жгутами; развитие меткости, точности движений в игровых условиях; воспитание внимания, быстроты реакции. Повышать уровень организации физкультурно-оздоровительной и спортивно – массовой работы
16	28.12	Игра «Казачьи бои»	1	
17	18.01	Игры с коновязью.	1	
18	25.01	Игра «Кзаки»	1	
7. Игры без игрушек 6 часов				
19	01.02	Игра «Молчан»	1	Вырабатывать взаимопомощь, коллективизм, честность, дисциплинированность; необходимость выполнять правила, а также преодолевать препятствия, неизбежные в игре; воспитание волевых качеств — выдержки, смелости, решительности, умения справляться с отрицательными эмоциями.
20	08.02	Игра «Шум»	1	
21	15.02	Игра «Горячее место»	1	
22	22.02	Игра «Бешеный телёнок»	1	
23	01.03	Игра «Пчёлы».	1	
24	01.03	Игра «Пружина»	1	

	08.03			
8. Символические игры 5 часов				
25	15.03	Игра «Казачи-разбойники»	1	Освоение навыков сопротивления и маневрирования; совершенствование выполнения захвата и освобождения от него; развитие силовой выносливости, ловкости, координации движений; формирование простейших навыков единоборств в стандартных условиях с ограниченным числом разрешённых действий.
26	22.03	Игра «Ящерица»	1	
27	05.04	Игра «Король»	1	
28	12.04	Игра «Золото»	1	
29	19.04	Игра в утку	1	
9. Конкурсы-эстафеты 6 часов				
30	26.04	Эстафеты с мячом	1	Развитие ловкости, точности движений, силы, коллективных взаимодействий; активизации процесса изучения истории и традиций культуры донского казачества; воспитание юных патриотов Дона.
31	26.04 03.05	Эстафеты со скакалкой	1	
32	10.05 17.05	Эстафеты с палками	1	
33	17.05	Игра «Городки»	1	
34	24.05	Командная эстафета на	1	
35	31.05	местности		

По программе – 35 часов, фактических -32 часа

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания

ШМО учителей

Физической культуры и ОБЖ

от 26.08.2021 года №1

_____ З.Н. Гурова

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания

методического совета

МБОУ ТСОШ №3

от 27.08.2021 года №1

Зам. директора по УВР

_____ Н.Ю. Сизова