**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство общего и профессионального образования Ростовской области**

**Азовский район**

**МБОУ Отрадовская СОШ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  Руководитель МО  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Ядренцева О.В.  протокол № 1 от «16» августа 2023 г. | СОГЛАСОВАНО  Заместитель директора по УВР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Часнык И.А.  протокол № 1 от «16» августа 2023 г. | УТВЕРЖДЕНО  Директор школы  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Ж.А.Котова.  Приказ № 116 от «16» августа 2023 г. |

**Рабочая программа**

**внеурочной деятельности**

**(ID 1076356)**

**основного общего образования МБОУ Отрадовской СОШ**

**физкультурно-спортивной направленности**

**«Крепыши»**

срок реализации 1 года

возрастная категория обучающихся 9– 10 лет

Наименование учебного предмета внеурочная деятельность «физкультурно-спортивное направление»

Класс 5 класс

Уровень общего образования: основное общее образование

Учитель Котов Владимир Иванович

Срок реализации программы, учебный год 2023-2024 учебный год

Количество часов - в неделю - 2 часа в неделю ,68 часов

Составитель: Котов Владимир Иванович

учитель физической культуры

2023 год

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА** **КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «Крепыши» ДЛЯ 5 КЛАССА.**

При создании рабочей программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации. В рабочей программе нашли свои отражения объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития российского общества, условия деятельности образовательных организаций, возросшие требования родителей, учителей и методистов к совершенствованию содержания школьного образования, внедрению новых методик и технологий в учебно-воспитательный процесс.

Программа курса внеурочной деятельности «Крепыши» для 5 класса относится к спортивно-оздоровительному направлению реализации внеурочной деятельности в рамках ФГОС и составлена на основе:

-федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Минпросвещения России от 31.05.2021 N 287, зарегистрировано в Минюсте России 05.07.2021 N 64101

* основной образовательной программы МБОУ Отрадовская СОШ.

 Данная программа является модифицированной, составлена на основе плана и программ:

- Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы   В.И.  Лях, А.А. Зданевич. - М.:Просвещение, 2008г., допущенной Министерством  образования и науки Российской Федерации

- *Григорьев, Д. В.* Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор : пособие для учителя / Д. В. Григорьев, П. В. Степанов. – М. : Просвещение, 2010. – 223 с. – (Стандарты второго поколения).

- Формированиеуниверсальных учебных действий в основной школе: от действия к мысли. Система заданий : пособие для учителя / под ред. А. Г. Асмолова. – М. : Просвещение, 2010. – 159 с. – (Стандарты второго поколения).

**Актуальность программы:** является то, что в основе лежит системно-деятельностный подход, который создает основу для самостоятельного успешного усвоения обучающимися новых знаний, умений, компетенций, видов и способов деятельности. Программа составлена с учетом особенности работы образовательного учреждения и имеет оздоровительное, спортивное и общеразвивающее значение. Поэтому данная программа является программой внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительном направлению. Игра – исключительно ценный способ вовлечения школьников в двигательную деятельность. Подвижные и спортивные игры на занятиях используются для решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач. В играх, в отличие от других форм занятий, главное внимание обращается на оздоровительную сторону, воспитание физических качеств, стремление подростков организовывать свою деятельность, основываясь на четких и жестких правилах спортивных игр, которые дают возможность каждому обучающемуся развивать свои личностные качества, необходимые как в любых видах спортивно-оздоровительной деятельности, так и в обычной жизни.

**ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «Крепыши» ДЛЯ 5 КЛАССА.**

Общей целью школьного образования по физической культуре является формирование   
разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха, развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателях физической подготовленности, формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях. В рабочей программе курса внеурочной деятельности «Крепыши» для 5 класса данные цели конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.

Развивающая направленность рабочей программе курса внеурочной деятельности «Крепыши» для 5 класса определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение школьниками знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно -ориентированной физической культурой, возможностью познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение рабочей программы курса внеурочной деятельности «Крепыши» для 5 класса заключается в содействии активной социализации школьников на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию. В число практических результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями физической культуры, организации совместной учебной и консультативной деятельности.

Центральной идеей конструирования учебного содержания и планируемых результатов образования в основной школе является воспитание целостной личности учащихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы.

представляется двигательной деятельностью с её базовыми компонентами: информационным (знания о физической культуре), операциональным (способы самостоятельной деятельности) и мотивационно-процессуальным (физическое совершенствование).

В целях усиления мотивационной составляющей рабочей программы курса внеурочной деятельности «Крепыши» для 5 класса, придания ей личностно значимого смысла, содержание рабочей программы представляется системой модулей, которые входят структурными компонентами в раздел «Физическое совершенствование».

**Задачи программы** направлены на:

* Развитие у обучающихся положительной мотивации к занятиям физической культурой и спортом.
* Развитие навыков двигательной активности как составляющей здорового образа жизни и функциональной грамотности через заботу о собственном здоровье и развитии личности.
* Повышение уровня качества знаний по вопросам здоровья и его сохранения.
* Формирование волевых качеств, как основы получения образования.
* Формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях.
* Обобщение и углубление знаний об истории, культуре игр, желание применять игры самостоятельно и в повседневной жизни.
* Воспитательный результат достигается по *двум уровням* взаимодействия – связь ученика со своим учителем и взаимодействие школьников между собой на уровне группы секции.

**Формы организации деятельности**: занятие

**МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «Крепыши»**  **ДЛЯ 5 КЛАССА**

**В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

В 5 классе на изучение курса внеурочной деятельности ««Крепыши» отводится 2 часа в неделю, суммарно 68 часов.

При подготовке рабочей программы учитывались личностные и метапредметные результаты, зафиксированные в Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования и в «Универсальном кодификаторе элементов содержания и требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования».

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Подвижные игры применяются в подготовительном, соревновательном и переходном периодах, но объём их, характер и методика их использования изменяется в соответствии с задачами каждого этапа реализации программы. Сложное движение, включённое в игру, предварительно осваивается с обучающимися с помощью специальных упражнений. Если вся основная часть занятия посвящена играм, то более подвижные игры чередуются в ней с менее подвижными, причём подбираются игры, различные и по характеру движений. Методика проведения подвижных игр специфична в связи с их кратковременностью и необходимостью сохранить соответствующую плотность занятия. Включая в игры тот или иной элемент спортивной техники, важно следить, чтобы основная структура движения в ходе игры не нарушалась. В 5 классе предлагается проводить занятия в форме подвижных игр, так как именно в этом возрасте потребность в любых видах и формах движений у детей проявляется наиболее активно, поэтому для разнообразия и формирования основ двигательных и технических навыков часы, отведенные на проведение таких занятий распределены именно таким образом.

Основной **формой** проведения внеурочной деятельности является – **спортивная секция.** Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него. Роль игры в организации досуга занимает важное место в жизни ребёнка, и поэтому рассматривается педагогами как одно из главных средств воспитания.

**Виды деятельности:** занятия физической культуры (классические, интегрированные, комбинированные и смешанные), практические занятия, самостоятельная работа учащихся с литературой, выпуск буклетов, плакатов.

Предлагаемая программа курса внеурочной деятельности «Крепыши» помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры. В основу планирования положены знания, базирующиеся на научных экспериментах, выполненных в различных отраслях науки, таких как педагогика, физиология, психология, спортивная медицина, опыт ряда педагогов по физической культуре, работающих по ФГОС.

**Введение** – 2 часа.

Знакомство с программой занятий. Основы знаний о спортивных и подвижных играх: понятия правил игры, выработка правил игры. Инструктаж по технике безопасности. Разработка макетов буклетов по видам игр.

**Легкая атлетика** – 16 часов.

В содержание включаются подвижные игры: Линейная и встречная эстафеты, эстафеты с гандикапом, эстафеты в кругу и в парах, «Перестрелка», «Охотники и утки» , «Лапта» , «День и ночь» , «Ловля Цепочкой» , «Третий лишний» , «Мячом в цель» , «Ловля парами» , «Собачки» .

**Гимнастика с основами акробатики** – 16 часов.

В содержание включаются подвижные игры: «Воздух , вода , земля», «Пятнашки» , «Перетягивание каната» , «Парная чехарда» , «Колесо» ,«Стой» , .Эстафеты с подлезанием и перелезанием, Полоса препятствий

**Спортивные игры** – 34 часов.

В содержание включаются такие подвижные игры: Эстафеты с ведением мяча, с передачей после ведения, змейкой и зигзагом, «Гонка мячей по кругу», «Школа мяча», «Передал вышел», «Салки в парах», «По кругу», «10 передач» , «Живая цель», «Гонка мячей в колоннах»

.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**-** формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной видов деятельности;

- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.

- установка на безопасный здоровый образ жизни

**МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**Регулятивные УУД:**

-принимать и сохранять учебную задачу;

- планировать этапы решения задачи, определять последовательность учебных действий в соответствии с поставленной задачей;

-осуществлять пошаговый и итоговый контроль по результату под руководством учителя;

-анализировать ошибки и определять пути их преодоления; различать способы и результат действия; --адекватно воспринимать оценку сверстников и учителя;

-прогнозировать результаты своих действий на основе анализа учебной ситуации; проявлять познавательную инициативу и самостоятельность;

-самостоятельно адекватно оценивать правильность и выполнения действия и вносить необходимые коррективы и по ходу решения учебной задачи.

**Познавательные УУД:**

* анализировать информацию, выбирать рациональный способ решения задачи;
* формулировать проблему;
* строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;
* различать обоснованные и необоснованные суждения;
* преобразовывать практическую задачу в познавательную;

**Коммуникативные УУД:**

* принимать участие в совместной работе коллектива;
* координировать свои действия с действиями партнеров;
* корректно высказывать свое мнение, обосновывать свою позицию;
* задавать вопросы для организации собственной и совместной деятельности;
* осуществлять взаимный контроль совместных действий принимать самостоятельно решения;
* содействовать разрешению конфликтов, учитывая позиции участников

**ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

* обобщать, делать несложные выводы;
* давать определения тем или иным понятиям;
* выявлять закономерности и проводить аналогии;
* создавать условия, способствующие наиболее полной реализации потенциальных познавательных возможностей всех детей в целом и каждого ребенка в отдельности, принимая во внимание особенности их развития.
* осуществлять ***принцип индивидуального и дифференцированного подхода в обучении*** ***учащихся*** с разными образовательными возможностями.

**Результаты внеурочной деятельности** являются частью результатов освоения основной общеобразовательной программы в соответствии с требованиями ФГОС.

**Формами подведения итогов** освоения программы внеурочной деятельности являются:

• дневник самоконтроля за результатами спортивных достижений (страничка портфолио ученика);

• создание буклетов, плакатов;

• участие в «Дне здоровья».

Программа согласуется с образовательными программами урочной деятельности по предметам «ОБЖ», «Физическая культура», результаты освоения программы соответствуют требованиям ФГОС ООО. Для реализации программы школа имеет следующие ресурсы: зал спортивных игр (большой), зал гимнастики и подвижных игр (малый), пришкольные спортивные площадки, оборудованные зоны рекреации и естественный природный ландшафт для занятий на открытом воздухе в период учебного года. Особенность программы заключается в поливариантности программно-методического арсенала, что позволяет из множества вариантов содержания и видов спортивно-оздоровительной и образовательной деятельности по физической культуре делать выбор игр, соответствующих возможностям обучающихся, их возрастно-половым особенностям, устремлениям и интересам.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** **п/п** | **Наименование разделов и тем программы** | **Количество часов** | | | **Дата**  **изучения** | **Виды деятельности** | **Виды,**  **формы**  **контроля** | **Электронные (цифровые) образовательные ресурсы** |
| **всего** | **контрольные работы** | **практические работы** |
| **Раздел 1. Инструктаж по технике безопасности. Основы знаний подвижной и спортивной игр** | | | | | | | | |
| 1.1. | **Инструктаж по технике безопасности.** | 1 | 0 | 0 | 01.09.23 | беседа с учителем; | Устный  опрос; | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 1.2. | **Основы знаний подвижной и спортивной игр.** | 1 | 0 | 0 | 06,09.23 | беседа с учителем; | Устный  опрос; | http://spo.1september.ru/urok/. |
| Итого по разделу | | 2 |  | | | | | |
| **Раздел 2. Легкая атлетика** | | | | | | | | |
| 2.1. | Линейная эстафета | 1 | 0 | 0 | 08.09.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры; | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 2.2. | Линейная эстафета | 1 | 0 | 0 | 13.09.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры; | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 2.3. | Встречная эстафета | 1 | 0 | 0 | 15.09.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры; | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 2.4. | Встречная эстафета | 1 | 0 | 0 | 20.09.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры; | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 2.5. | Эстафеты с гандикапом | 1 | 0 | 0 | 22.09.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры; | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 2.6. | Эстафеты с гандикапом | 1 | 0 | 0 | 27.09.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры; | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 2.7. | Эстафеты в кругу | 1 | 0 | 0 | 29.09.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры; | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 2.8. | Эстафеты в кругу | 1 | 0 | 0 | 04.10.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры; | http://spo.1september.ru/urok/. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 2.9. | **Эстафеты в парах** | 1 |  |  | 06.10.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры; | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 2.10 | **Эстафеты в парах** | 1 |  |  | 11.10.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры; | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 2.11 | **Игры «Ловля парами» , «Собачки»** | 1 |  |  | 13.10.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры; | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 2.12 | **Игры «Ловля парами» , «Собачки»** | 1 |  |  | 18.10.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры; | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 2.13 | Игры «Третий лишний» , «Мячом в цель» | 1 |  |  | 20.10.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры; | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 2.14 | Игры «День и ночь» , «Ловля Цепочкой» | 1 |  |  | 25.10.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры; | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 2.15. | Игры «Перестрелка», «Охотники и утки» , «Лапта» | 1 | 0 | 0 | 27.10.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры; | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 2.16 | Игры «Третий лишний» , «Мячом в цель» | 1 | 0 | 0 | 08.11.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры; | http://spo.1september.ru/urok/. |
| Итого по разделу | | 16 |  | | | | | |
| **Раздел 3. Гимнастика с основами акробатики** | | | | | | | | |
| 3.1. | Эстафеты с подлезанием и перелезанием. | 1 |  |  | 10.11.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 3.2. | Эстафеты с подлезанием и перелезанием. | 1 |  |  | 15.11.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 3.3. | Эстафеты с подлезанием и перелезанием. | 1 |  |  | 17.11.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 3.4. | Полоса препятствий | 1 |  |  | 22.11.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 3.5. | Полоса препятствий | 1 |  |  | 24.11.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 3.6. | Полоса препятствий | 1 | 1 |  | 29.11.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 3.7. | Игры : «Воздух , вода , земля», «Пятнашки» | 1 |  |  | 6.12.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 3.8. | Игры : «Воздух , вода , земля», «Пятнашки» | 1 |  |  | 8.12.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 3.9. | Игры : «Воздух , вода , земля», «Пятнашки» | 1 |  |  | 13.12.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры | http://spo.1september.ru/urok/. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 3.10. | Игры «Перетягивание каната» , «Парная чехарда» | 1 |  |  | 15.12.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 3.11. | Игры «Перетягивание каната» , «Парная чехарда» | 1 |  |  | 20.12.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 3.12. | Игры «Перетягивание каната» , «Парная чехарда» | 1 |  |  | 22.12.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 3.13. | Игры «Колесо» ,«Стой» | 1 |  |  | 27.12.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 3.14. | Игры «Колесо» ,«Стой» | 1 |  |  | 29.12.23 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 3.15. | Игры «Колесо» ,«Стой» | 1 |  |  | 10.01.24 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 3.16. | Игры «Колесо» ,«Стой» | 1 | 1 |  | 12.01.24 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры | http://spo.1september.ru/urok/. |
| Итого по разделу | | 16 |  | | | | | |
| **Раздел 4. Спортивные игры** | | | | | | | | |
| 4.1. | **Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической**  **подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО** | 34 | 0 | 0 | 17.01.24-24.05.24 | Выполняют бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играют в разученные игры с мячом.  Умеют провести защиту проекта буклета (плаката).  Участвуют в проведении Дня здоровья | Подвижные игры | http://spo.1september.ru/urok/. |
| Итого по разделу | | 34 |  | | | | | |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 68 | 0 | 0 |  | | | |

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** **п/п** | **Тема урока** | **Количество часов** | | | **Дата изучения** | **Виды, формы**  **контроля** |
| **всего** | **контрольные работы** | **практические работы** |
| 1. | Инструктаж по технике безопасности. | 1 | 0 | 0 | 01.09.23 | Устный опрос |
| 2. | Основы знаний подвижной и спортивной игр. | 1 |  |  | 06.09.23 | Устный опрос |
| 3. | Линейная эстафета | 2 |  |  | 08.09.2313.09.23 | Подвижные игры |
| 4. | Встречная эстафета | 2 |  |  | 15.09.2320.09.23 | Подвижные игры |
| 5. | Эстафеты с гандикапом | 2 |  |  | 22.09.2327.09.23 | Подвижные игры |
| 6. | Эстафеты в кругу | 2 |  |  | 29.09.2304.10.23 | Подвижные игры |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 7. | Эстафеты в парах | 2 |  | 06.10.2311.10.23 | Подвижные игры |
| 8. | Игры «Ловля парами» , «Собачки» | 2 |  | 13.10.2318.10.23 | Подвижные игры |
| 9. | Игры «Третий лишний» , «Мячом в цель» | 2 |  | 20.10.2325.10.23 | Подвижные игры |
| 10. | Игры «День и ночь» , «Ловля Цепочкой» | 2 |  | 27.10.2328.10.23 | Подвижные игры |
| 11. | Игры «Перестрелка», «Охотники и утки» , «Лапта» | 2 |  | 08.11.2310.11.23 | Подвижные игры |
| 12. | Эстафеты с подлезанием и перелезанием. | 3 |  | 15.11.2317.11.2322.11.23 | Подвижные игры |
| 13. | Полоса препятствий. | 3 |  | 24.11.2329.11.2306.12.23 | Подвижные игры |
| 14. | Игры : «Воздух , вода , земля», «Пятнашки» | 3 |  | 08.12.2313.12.2315.12.23 | Подвижные игры |
| 15. | Игры «Перетягивание каната» , «Парная чехарда» | 3 |  | 20.12.2322.12.2327.12.23 | Подвижные игры |
| 16. | Игры «Колесо» ,«Стой» | 4 |  | 29.12.2310.01.2412.01.2417.01.24 | Подвижные игры |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 17. | Эстафеты с ведением мяча, с передачей после ведения, змейкой и зигзагом. | 2 |  | 19.01.2424.01.24 | Подвижные игры |
| 18. | Эстафеты с ведением мяча, с передачей после ведения, змейкой и зигзагом. | 2 |  | 26.01.2431.01.24 | Подвижные игры |
| 19. | Игры «Гонка мячей по кругу», «Школа мяча» | 2 |  | 07.02.2409.02.24 | Подвижные игры |
| 20. | Игры «Передал вышел», «Салки в парах», «По кругу» | 2 |  | 14.02.2416.02.24 | Подвижные игры |
| 21. | Игры «10 передач» , «Живая цель», «Гонка мячей в колоннах» | 2 |  | 28.02.2406.03.24 | Подвижные игры |
| 22. | Игра в пионербол . | 2 |  | 13.03.2415.03.24 | Подвижные игры |
| 23. | Игра в пионербол . | 2 |  | 20.03.2422.03.24 | Подвижные игры |
| 24. | Игра в пионербол . | 2 |  | 27.03.2429.03.24 | Подвижные игры |
| 25. | Игра в пионербол . | 2 |  | 03.04.2405.04.24 | Подвижные игры |
| 26. | Игра в волейбол (игровые задания на укороченной площадке). | 2 |  | 17.04.2419.04.24 | Подвижные игры |
| 27. | Игра в волейбол (комбинации из освоенных элементов (прием-передача-удар). | 2 |  | 24.04.2426.04.24 | Подвижные игры |
| 28. | Игра в волейбол (тактика свободного нападения) . | 2 |  | 08.05.2415.05.24 | Подвижные игры |
| 29. | Игра в баскетбол (позиционное нападение с изменением позиций) | 2 |  | 17.05.2422.05.24 | Подвижные игры |
| 30. | Игра в баскетбол (быстрый прорыв (2х1) | 2 |  | 24.05.24 29.05.24 | Подвижные игры |
| 31. | Игра в баскетбол (игровые задания (2х2 ,3х3) | 1 |  | 31.05.24 | Подвижные игры |

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

**ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

Физическая культура, 5 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»; Введите свой вариант:

**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

Методическое пособие " К здоровью через движение" предназначено для учителей физической культуры работающих с детьми ОВЗ.

Методическое пособие « К здоровью через движение» поможет освоению практических навыков при проведении занятий оздоровительной физкультурой"   
Матвеев А.П. Физическая культура: Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников А. П. Матвеева. 5 – 9 классы: учеб. пособие для общеобразовательных организаций. – М.: Просвещение, 2019.

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

Используются электронные (цифровых) образовательные ресурсы, являющихся учебно-  
методическими материалами (мультимедийные программы, электронные учебники и задачники, электронные библиотеки, виртуальные лаборатории, игровые программы, коллекции цифровых образовательных ресурсов), используемыми для обучения и воспитания различных групп пользователей, представленными в электронном (цифровом) виде и реализующими дидактические возможности ИКТ, содержание которых соответствует законодательству об образовании.

1.Единая Коллекция цифровых образовательных ресурсов для учреждений общего и начального профессионального образования.

http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38

2.Сетевые образовательные сообщества «Открытый класс». Предмет «Физическая культура». http://www.openclass.ru

3.Сообщество учителей физической культуры на портале «Сеть творческих учителей» http://www.it-n.ru/communities.

4.Образовательные сайты для учителей физической культуры http://metodsovet.su/dir/fiz\_kultura/9

5.Сайт "Я иду на урок физкультуры"

http://spo.1september.ru/urok/

Сайт «ФизкультУра» http://www.fizkult-ura.ru/

Презентации по физкультуре на сайтах:

1.uchportal.ru/

2. http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura

**МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

**УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ**

Описание учебно- методического обеспечения образовательного процесса.

1. А.П. Матвеев. Программа общеобразовательных учреждений. Физическая культура. Основная школа Средняя (полная) школа: базовый и профильный уровни. 5-11 классы. Автор – Москва.«Просвещение» 2014.

2. А.П. Матвеев. Уроки физической культуры. Методические рекомендации. 5-7 классы-М:   
Просвещение. 2014. – 80 с. –   
ISBN987-5-09-024012-3   
3. В.И. Вивенко. «Физкультура. 5-11 классы»: календарно-тематическое планирование по 3-х часовой программа /авт.-сост. В.И. Вивенко.-Волгоград. Учитель, 2006. – 254с. ISBN – 5-7057-0908-0. 4. Ю.Д. Железняк Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»: Учеб. пособие для студ.высш.пед. учеб. заведений /Ю.Д. Железняк, В.М.Минбулатов.- М.:Издательский центр«Академия», 2004. -272 с. ISBN – 5-7695-1525-2.

5. Т.Б. Васильева, И.Н. Иванова «Физическая культура» Содержание образования: Сборник нормативно-правовых документов и методических материалов. – М.: Вентана – Граф, 2007. – 160 с.

(Современное образование). ISBN 978-5-360-000639 6. http://sport.gazeta.ru   
7. www.1september.ru

Интернет- ресурсы:

http://arkalika.ru/2010/11/tancevalnaya-zaryadka/ - Танцевальная гимнастика   
http://ppt4web.ru/obshhestvoznanija/pravila-igry-v-basketbol.html - Правила баскетбола http://prezentacii.com/detskie/1963-simvolika-olimpiyskih-igr.html - Олимпийская символика http://www.youtube.com/watch?v=gQ-ekfTBAV0 - Упражнения на гимнастической стенке http://ona-znaet.ru/publ/53-1-0-389 - Упражнения на дыхание   
http://www.myshared.ru/slide/783639/ - Техника кроссового бега.

**ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ**

Спортивный зал.

Площадь спортивного зала: 176,6 кв.м   
Оборудование:   
Приточная вытяжная система, лампа бактерицидная-2.

спортивное оборудование и инвентарь:   
Мяч футбольный SELECT Brillant Super FIFA размер 5- 2 штук Брусья навесные Б45, Расстояние между стойками, см: 58- 2 штуки.

Гантель неопреновая 2кг- 1 комплект   
Кольцо баскетбольное №7- 2 штуки   
Компас DC362—12 штук.

Мат спортивный Ideal . Размер: 200x100x10 см- 5 штук.

Мат спортивный Ideal 4-складной.- 5 штук.

Мяч баскетбольный "WILSON Reaction" размер 7.- 10 штук   
Мяч баскетбольный WILSON EVO NXT CHAMPIONSLEAGUE размер 7- 2 штуки. Мяч волейбольный "MIKASA SV335-V8" размер: 5.- 10 штук.

Мяч волейбольный "Mikasa V200W" размер 5- 2 штуки.

Мяч для настольного тенниса Double Fish 3\*\*\*World Cup 40- 10 штук.

Мяч футбольный SELECT Match IMS" размер 5.- 15 штук.

Набор бадминтон ВО-290- 12 штук.

Набор для настольного тенниса YUGUAN B947NS- 15 штук.

Обруч алюминиевый- 21 штука.

Свисток пластиковый с шариком Torres SS1009- 5 штук.

Секундомер электронный Р-022- 3 штуки.

Сетка баскетбольная. Цветная, толщина нити: 3,1 мм (капрон)- 4 штуки.

Сетка волейбольная. Диаметр нити 3,5 мм, белая, (капрон), обшита с 4 сторон стропой- 3 штуки Сетка мини-футбол без гасителей (капрон). Размер 300x200 см, диаметр нити 2,2 мм- 1 штука. Скакалка L Зм- 50 штук.

Скамья гимнастическая 2,5 м.- 2 штуки   
Скамья для пресса.- 2 штуки.

Стенка гимнастическая шведская металл. 240X71, ТР-31. Максимальный вес пользователя: 250 кг.- 4 штуки.

Турник-рукоход к шведской стенке навесной.- 2 штуки Упоры для отжиманий Torres Push-Up Bars- 4 штуки.

Часы шахматные кварцевые 9004- 5 штук.

Шахматы турнирные утяжеленные в комплекте с доской- 10 штук.

Беговая дорожка CARBON T200 SLIM- 1 штука   
Велотренажер магнитный АС505- 1 штука.

Ворота для гандбола Профиль 80x80 мм. Размер ворот 300x200 см. Вынос 1м- 2 штуки.

Стол теннисный WIPS- 2 штуки.

Ферма для баскетбольного щита ЯГ0000000070621- 2 штуки Щит баскетбольный игровой- 2 штуки.

6. Спортивные площадки, расположенные по адресу: село Отрадовка, улица Строительная 21: 1.Футбольное поле, газонная трава- площадью 55 кв. м   
2.Беговая дорожка, искусственное покрытие- площадью   
3.Площадка, для учащихся начальной школы, искусственное покрытие, игровой комплекс для детей от 7 до 12 лет.- 1 штука- площадью 13 кв. м.

4. Площадка, для учащихся основной школы, искусственное покрытие- площадью 16 кв. м. Теннисный стол разборный, уличный – 3 штуки.

Спортивный комплекс для учащихся основной школы- 1 штука площадью   
5.Площадка, для игры в волейбол и баскетбол, искусственное покрытие:- площадью 30 кв.м.

Стойка волейбольная- 2 штуки   
Стойка баскетбольная -2 штуки - площадью   
6.Поле для мини-футбола, искусственное покрытие площадью 27.1. кв. м.

Ворота для мини-футбола- 2 штук.

7.Тренажерная площадка, искусственное покрытие площадью 36 кв.м.

Тренажер для рук «Имитация гребли»  
Тренажер для рук «вертикальная тяга»  
Тренажер «жим»  
Тренажер «тяга к груди»  
Тренажер «жим на брусьях»  
Тренажер двойной «тандем-жим-ногами»

Тренажер двойной «жим -вертикальная тяга»Тренажер двойной «вело-стеллер»  
Тренажер двойной «брусья»  
Тренажер двойной «стеллер-маятник»  
Тренажер «вело-твистер»  
Тренажер двойной « турник-брусья»- площадью 8. Раздевалки при спортивном зале:   
1.Раздевалка для девочек площадью 15 кв.м.

Оборудование:   
Скамейка   
Вешалка для одежды.

Туалет для девочек.

Душевая для девочек.

Водонагреватель.