

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Удмуртской Республики

Администрация муниципального образования

"Муниципальный округ Игринский район"

МБОУ Игринская СОШ №1

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО



Бывальцева Е.А.

Приказ №1

от «29» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы



Корепанов А.А.

Приказ №77

от «29» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Физическая культура»

по курсу «Игровые виды спорта»

для обучающихся 6в класса

Игра2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре представляет собой методически оформленную конкретизацию требований ФГОС ООО и раскрывает их реализацию через конкретное предметное содержание.

При создании программы по физической культуре 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 своей социально-ценностной ориентации программа по физической культуре по курсу «Игровые виды спорта» рассматривается как средство подготовки обучающихся к подвижному образу жизни, укрепления их здоровья, повышения функциональных и адаптивных возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств.

Основной целью курса 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.

Развивающая направленность программы по физической культуре определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение обучающимися знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможности познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение программы по физической культуре заключается в содействии активной социализации обучающихся 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.

Содержание курса представлено по годам обучения и предусматривает изучение курса по следующим разделам:

1. Основы техники и тактики в спортивных играх.
2. Методика обучения технике игры.
3. Организация и методика проведения занятий по спортивным играм.
4. Судейство в спортивных играх.

Общее число часов, рекомендованных для изучения курса «Игровые виды спорта на уровне основного общего образования», – 51 час: в 5 классе – 17 часов, в 6 классе – 17 часов, в 7 классе – 17 часов.

В 6 «В» классе выделено - 34 часа.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

6 класс

ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Основная стойка, построение в шеренгу. Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов.

Ходьба на носках, пятках, в полуприседе, в приседе, быстрым широким шагом. Бег по кругу, с изменением направления и скорости. Высокий старт и бег со старта по команде. Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3x10 метров, бег до 8 минут. Прыжки с поворотом на 90°, 180°, с места, со скакалкой, с высоты до 40 см, напрыгивание на скамейку.

РУССКАЯ ЛАПТА (10 часов)

Перемещение боком, спиной, лицом: шаги, скачок, прыжок, бег, остановка. Сочетание способов перемещения.

Ловля мяча из положения лёжа, стоя, боком, сидя на площадке. Ловля мяча летящего свечой.

Выполнение передачи мяча с места, в движении, с поворотом, с кувырком.

Бросок мяча на точность по крупным и небольшим мишеням, стоя лицом и спиной к мишеням.

Подача мяча за счёт ног за счёт маха руки (подкидывая мяч на различную высоту, стараться, чтобы мяч попадал в круг подачи).

Учебно-тренировочная игра. Выполнение установок тренера.

БАСКЕТБОЛ(8 часа)

Передвижение, прыжки, остановки, повороты с мячом, финты, заслоны. Игра «10 передач». Игровые упражнения «Брось – поймай», «Выстрел в небо» с малыми и большими мячами.

Упражнения с мячом по заданию, финты, заслоны, техника игры в защите.

Учебная игра.

ВОЛЕЙБОЛ (8 часа)

Верхняя и нижняя передача мяча в парах, эстафета с элементами волейбола (верхней и нижней передачами мяча).

Верхняя и нижняя передачи мяча на точность после перемещения. Учебная игра в пионербол.

Отбивание мяча кулаком через сетку, тактика верхней и нижней передачи мяча. Подвижная игра «Охотники и утки».

Игровые упражнения «Брось – поймай», «Кто лучший?»

ФУТБОЛ (8 часа)

Удар по мячу головой, ногой.

Остановка, ведение мяча, отбор мяча.

Обманные движения, вбрасывание мяча. ОФП: упражнение на развитие силы.

Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы.

Учебная игра.

Планируемые результаты:

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета. Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении обучающихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплению необходимых знаний, а также в умении использовать занятия игровыми видами спорта для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве. При занятиях игровыми видами спорта стимулируется работа сердечно-сосудистой системы, развивается выносливость, скоростно-силовые и скоростные способности, укрепляются крупные мышцы рук, плеч, ног. Игровые виды спорта развивают такие жизненно важные качества как реакция на движущийся объект, реакция антиципации (предугадывания), быстрота мышления и принятия решений в неожиданно меняющихся игровых условиях, концентрация внимания и распределение внимания, что существенно сказывается на умственной деятельности и процессе обучения. Происходит общее укрепление и оздоровление организма. Дети учатся

понимать собственное тело, управлять им, что помогает избежать травмоопасных ситуаций на переменах и при всех видах физической активности. Соревновательный элемент в игровых видах спорта способствует развитию личности ребенка, в частности качеств лидера, воспитывает целеустремленность и бойцовские качества. Игровые виды спорта позволяют выразить себя как индивидуально, так и как игрока команды. Способствует развитию уверенности в себе, умению ставить и решать двигательные задачи. Через усвоение этикета служит прекрасным средством коммуникативного общения, развивает навыки сотрудничества и взаимопонимания.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания предмета «Физическая культура», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса - умение учиться, так и в реальной повседневной жизни обучающихся.

В области физической культуры:

- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений на базе овладения упражнениями с мячом, активное использование спортивных игр в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий игровыми видами спорта.

Предметные результаты характеризуют опыт обучающихся в творческой двигательной деятельности, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения учебного предмета. Приобретаемый опыт проявляется в освоении двигательных умений и навыков, умениях их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий игровыми видами спорта.

В области познавательной культуры:

- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний средствами физической культуры;

В области нравственной культуры:

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;

- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные

проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим, самообладанием при проигрыше и выигрыше.

В области трудовой культуры:

- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

В области эстетической культуры:

- умение длительно сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения и передвижений;

- умение передвигаться и выполнять сложно координационные движения красиво легко и непринужденно.

В области коммуникативной культуры:

- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

В области физической культуры:

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;

- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений, технических действий, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;

- умение максимально проявлять физические способности при выполнении тестовых заданий.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Русская лапта	10	0	0	https://resh.edu.ru/class/1/
2	Баскетбол	8	0	0	https://resh.edu.ru/class/1/
3	Волейбол	8	0	0	https://resh.edu.ru/class/1/
4	Футбол	8	0	0	https://resh.edu.ru/class/1/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

6 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов
Русская лапта (10 часов)		
1	Вводный ИОТ № 205-04.2020г. ИОТ № 211.05-03.2020г. Перемещение боком, спиной, лицом: шаги, скачок, прыжок, бег, остановка. Сочетание способов перемещения.	1
2	ИОТ № 211.05-03.2020г. Ловля мяча из положения лёжа, стоя, боком, сидя на площадке. Ловля мяча летящего свечой.	3
3	ИОТ № 211.05-03.2020г. Выполнение передачи мяча с места, в движении, с поворотом, с кувырком.	2
4	ИОТ № 211.05-03.2020г. Бросок мяча на точность по крупным и небольшим мишеням, стоя лицом и спиной к мишеням.	1
5	ИОТ № 211.05-03.2020г. Учебно-тренировочная игра. Выполнение установок тренера.	3
Баскетбол (8 часа)		
6	ИОТ № 211.05-03.2020г. Передвижение, прыжки, остановки, повороты с мячом, финты, заслоны. Игра «10 передач».	1
7	ИОТ № 211.05-03.2020г. Передвижение, прыжки, остановки, повороты с мячом, финты, заслоны. Игровые упражнения	1
8	ИОТ № 211.05-03.2020г. Упражнения с мячом по заданию, финты, заслоны, техника игры в защите. Игровые упражнения	3
9	ИОТ № 211.05-03.2020г. Учебная игра.	3
Волейбол (8 часа)		
10	ИОТ № 211.05-03.2020г. Верхняя и нижняя передача мяча в парах, эстафета с элементами волейбола	2
11	ИОТ № 211.05-03.2020г. Верхняя и нижняя передачи мяча на точность после перемещения.	2
12	ИОТ № 211.05-03.2020г. Отбивание мяча кулаком через сетку, тактика верхней и нижней передачи мяча. Подвижные игры	2
13	ИОТ № 211.05-03.2020г. Учебная игра	2
Футбол (8 часа)		
14	ИОТ № 211.05-03.2020г. Удар по мячу головой, ногой. Упражнение на развитие силы.	2
15	ИОТ № 211.05-03.2020г. Остановка, ведение мяча, отбор мяча.	3
16	ИОТ № 211.05-03.2020г. Обманные движения, вбрасывание мяча.	1
17	ИОТ № 211.05-03.2020г. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы. ИОТ № 211.05-03.2020г. Учебная игра	2
	Итого	34

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура, 5-7 классы/ Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и другие; под редакцией Виленского М.Я., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

- Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол/ Колодницкий Г. А., Кузнецов В. С., Маслов М. В.
- Физическая культура. Подвижные игры. 5-8 классы/Федорова Н. А.
- Развивающие игры на уроках физической культуры. 5-11 кл
Коджаспиров Ю. Г.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<https://resh.edu.ru/subject/9/?ysclid=lmc3cdksfw832631984>

Целевые ориентиры результатов рабочей программы воспитания, формируемые в рамках реализации рабочей программы по физической культуре (уровень ООО)

Рабочая программа воспитания МБОУ Игринской СОШ № 1 реализуется в том числе и через использование воспитательного потенциала уроков.

Эта работа ориентирована на формирование целевых ориентиров результатов воспитания на уровне основного общего образования, которые могут быть сформированы, в том числе на уроках физической культуры:

Целевые ориентиры
Гражданское воспитание
Проявляющий готовность к выполнению обязанностей гражданина России, реализации своих гражданских прав и свобод при уважении прав и свобод, законных интересов других людей.
Выражающий неприятие любой дискриминации граждан, проявлений экстремизма, терроризма, коррупции в обществе.
Принимающий участие в жизни класса, общеобразовательной организации, в том числе самоуправления, ориентированный на участие в социально значимой деятельности.

Патриотическое воспитание
Принимающий участие в мероприятиях патриотической направленности.
Духовно-нравственное воспитание
<p>Выражающий готовность оценивать своё поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиций традиционных российских духовно-нравственных ценностей и норм с учётом осознания последствий поступков.</p> <p>Выражающий неприятие антигуманных и асоциальных поступков, поведения, противоречащих традиционным в России духовно-нравственным нормам и ценностям.</p> <p>Сознающий соотношение свободы и ответственности личности в условиях индивидуального и общественного пространства, значение и ценность межнационального, межрелигиозного согласия людей, народов в России, умеющий общаться с людьми разных народов, вероисповеданий.</p> <p>Проявляющий уважение к старшим, к российским традиционным семейным ценностям, институту брака как союзу мужчины и женщины для создания семьи, рождения и воспитания детей.</p>
Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия
<p>Понимающий ценность жизни, здоровья и безопасности, значение личных усилий в сохранении здоровья, знающий и соблюдающий правила безопасности, безопасного поведения, в том числе в информационной среде.</p> <p>Выражающий установку на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярную физическую активность).</p> <p>Проявляющий неприятие вредных привычек (курения, употребления алкоголя, наркотиков, игровой и иных форм зависимостей), понимание их последствий, вреда для физического и психического здоровья.</p> <p>Умеющий осознавать физическое и эмоциональное состояние (своё и других людей), стремящийся управлять собственным эмоциональным состоянием.</p> <p>Способный адаптироваться к меняющимся социальным, информационным и природным условиям, стрессовым ситуациям.</p>
Трудовое воспитание
<p>Уважающий труд, результаты своего труда, труда других людей.</p> <p>Выражающий готовность к осознанному выбору и построению индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов, потребностей.</p>
Экологическое воспитание
Участвующий в практической деятельности экологической, природоохранной направленности.