

**Государственное бюджетное  
общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №331  
Невского района Санкт-Петербурга**

**СОГЛАСОВАНО**

Педагогическим  
советом

\_\_\_\_\_  
ГБОУ СОШ №331  
Протокол №1 от «31»  
августа2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директором школы

\_\_\_\_\_  
Балаянц А.С.  
Приказ №692 от «31»  
августа2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**внеурочной деятельности  
«Подвижные игры»  
для обучающихся 7х классов**

Санкт-Петербург, 2023

**Рабочая программа занятий по внеурочной деятельности  
«Подвижные игры»  
7 класс  
(1 час в неделю, 34 часа за год)**

**Организация-разработчик:** ГБОУ школа №331 Невского района Санкт-Петербурга

**Оглавление**

1. Пояснительная записка .....	2
1.2 Описание учебно – методического комплекта .....	2
2. Планируемые результаты .....	4
3. Содержание тематических линий программы внеурочной деятельности .....	5
3.1 Учебно-тематический план .....	6
3.2. Годовой учебно-тематический план.....	6
3.3. Тематическое планирование 7 класс .....	7

**1. Пояснительная записка**

В соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования и в соответствии с планом внеурочной деятельности ГБОУ школы №331 данная программа рассчитана на преподавание учебного предмета «Подвижные игры» в 7 классе в объеме 1 час в неделю, за год – 34 часа.

**1.2 Описание учебно – методического комплекта**

Программа «Подвижные игры» для 7х классов направлена на достижение планируемых результатов, реализацию программы формирования универсальных учебных действий.

Направление данного курса внеурочной деятельности – **спортивно - оздоровительное**

**Цель программы:**

Развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья через занятия подвижными играми.

## **Задачи программы:**

### **Образовательные:**

- закрепить навык в выполнении основных технических приемов спортивных игр.
- уметь использовать приобретенные необходимые теоретические и методические знания в области подвижных игр;
- научить организовывать самостоятельные систематические занятия физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма

### **Развивающие:**

- развивать скоростную выносливость, гибкость,
- развивать быстроту реакции,
- совершенствовать координацию и быстроту движений,
- развивать оперативное мышление, умение концентрировать и переключать внимание.

### **Воспитательные:**

- воспитывать спортивную дисциплину,
- воспитывать чувство товарищества и взаимовыручки.

**оздоровительная направленность**, обеспечивающая наряду с укреплением здоровья активный отдых, восстановление или поддержание на оптимальном уровне умственной работоспособности;

**повышение двигательной подготовленности обучающихся**, отвечающей требованиям программы.

## **Методические и учебные пособия:**

### **Для ученика:**

1. Г.А. Колодиницкий. Серия книг – методических рекомендаций для учащихся для самостоятельных занятий различными видами спорта: «Внеурочная деятельность учащихся». М. Просвещение
2. А.П.Матвеев - учебник «Физическая культура 6-7 класс». М.: Просвещение

### **Для учителя**

1. Фёдорова Н.А. «Физическая культура, Подвижные игры, 5-8 классы», М. Просвещение
2. А.П. Матвеев - учебник «Физическая культура 6-7 класс». М.: Просвещение

### **Электронные ресурсы:**

1. <https://resh.edu.ru/subject/9/7/>
2. [https://xn--jlahfl.xn--p1ai/library\\_kids/kartoteka\\_podvizhnih\\_igr\\_dlya\\_59\\_klassa\\_184903.html](https://xn--jlahfl.xn--p1ai/library_kids/kartoteka_podvizhnih_igr_dlya_59_klassa_184903.html)

3. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2019/10/14/kartoteka-igr-i-uprazhneniya-s-elementami-sportivnyh-igr>
4. <https://aiv.by/ru/blog/zlz/metodicheskij-kab/prepodavanie-fizich/podvizhnaja-igra-kak-sredstvo-obuchenija-basketbolu-v-shkole1/>
5. <https://www.1urok.ru/categories/17/articles/18141>
6. <https://uchitelya.com/fizkultura/183372-kartoteka-podvizhnyh-igry-s-elementami-voleybola.html>

## **2. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Подвижные игры» для обучающихся 7 класса**

В результате изучения курса «Подвижные игры» обучающиеся будут знать и уметь:

### **По образовательному компоненту программы:**

- знать, что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;
- иметь знания и умения в области раздела физической культуры и спорта – подвижные игры
- Правила футбола, баскетбола, волейбола.

### **По развивающему компоненту программы:**

- уметь выполнять основные технические приемы футбола, баскетбола, волейбола.

### **По воспитательному компоненту программы:**

- иметь воспитание чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;
- иметь личную дисциплинированность;
- уметь пропагандировать здоровый образ жизни,
- участвовать в спортивно-массовых мероприятиях и физкультурно-оздоровительных праздниках.

### **Универсальными компетенциями обучающихся по курсу являются:**

- 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.

### **Личностными результатами освоения обучающимися содержания курса являются следующие умения:**

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными результатами** освоения обучающимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- 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;
- 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;
- 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.

**Предметными результатами** освоения обучающимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

### 3. Содержание тематических линий программы внеурочной деятельности 7 класс

**Вводное занятие**

**Подвижные игры с элементами футбола**

**Подвижные игры с элементами волейбола**

**Подвижные игры с элементами баскетбола**

#### 3.1 Учебно-тематический план

#### 3.2. Годовой учебно-тематический план 7 класс - 34 часа

<b>№</b>	<b>Раздел (тема, модуль, глава) курса</b>	<b>№ занятий (в плане)</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	Вводное занятие	1	1
2	Подвижные игры с элементами футбола	2-7; 30-34	11
3	Подвижные игры с элементами баскетбола	8-18	11
4	Подвижные игры с элементами волейбола	19-29	11
Всего по учебному плану			34

### 3.3. Тематическое планирование

№ урока	Дата проведения (план)	Содержание учебного материала	Кол-во часов	Тип / форма урока	Планируемые результаты обучения		Виды и формы контроля	Примечание
					Предметные	Метапредметные		
		<b>Вводное занятие</b>	<b>1</b>					
1		Цели и задачи, план работы занятий, правила техники безопасности на занятиях.	1	ИНМ	представлять игры как средство укрепления здоровья физического развития и физической подготовки человека	Организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;		
		<b>Подвижные игры с элементами футбола</b>	<b>6</b>					
2		Разминка. Подвижные игры с элементами футбола (передачи, ведение мяча).	1	ИНМ	В доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления		
3		Разминка. Подвижные игры с элементами футбола (передачи, ведение мяча).	1	ЗИМ	В доступной форме объяснять правила (технику) выполнения	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их		

					двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;	исправления		
4		Разминка. Подвижные игры с элементами футбола (передачи, ведение мяча, удары по мячу).	1	ЗИМ	В доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления		
5		Разминка. Эстафеты с элементами футбола (передачи, ведение мяча).	1	ЗИМ	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований	Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности		
6		Разминка. Эстафеты с элементами футбола (передачи, ведение мяча, удары по мячу).	1	ИНМ	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований	Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности		
7		Разминка. Эстафеты с элементами футбола (передачи, ведение мяча, удары по мячу).	1	ЗИМ	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований	Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в		



						игровой и соревновательной деятельности		
		<b>Подвижные игры с элементами баскетбола</b>	<b>11</b>					
8		Разминка. Подвижные игры с элементами баскетбола (ведение, передачи мяча)	1	ИНМ	В доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления		
9		Разминка. Подвижные игры с элементами баскетбола (ведение, передачи мяча)	1	ЗИМ	В доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления		
10		Разминка. Подвижные игры с элементами баскетбола (ведение, передачи мяча, броски по кольцу)	1	ИНМ	В доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления		

11		Разминка. Подвижные игры с элементами баскетбола (ведение, передачи мяча, броски по кольцу)	1	ЗИМ	В доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления		
12		Разминка. Эстафеты с элементами баскетбола (ведение, передачи мяча, броски по кольцу)	1	ИНМ	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований	Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности		
13		Разминка. Эстафеты с элементами баскетбола (ведение, передачи мяча, броски по кольцу)	1	ЗИМ	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований	Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности		
14		Разминка. Эстафеты с элементами баскетбола (ведение, передачи мяча, броски по кольцу)	1	ЗИМ	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований	Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности		
15		Разминка. Эстафеты с элементами баскетбола	1	ЗИМ	Взаимодействовать со сверстниками по правилам	Технически правильно выполнять двигательные		

		(ведение, передачи мяча, броски по кольцу)			проведения подвижных игр и соревнований	действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности		
16		Разминка. Эстафеты с элементами баскетбола (ведение, передачи мяча, броски по кольцу)	1	ЗИМ	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований	Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности		
17		Разминка. Эстафеты с элементами баскетбола (ведение, передачи мяча, броски по кольцу)	1	ЗИМ	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований	Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности		
18		Разминка. Эстафеты с элементами баскетбола (ведение, передачи мяча, броски по кольцу)	1	ЗИМ	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований	Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности		
		<b>Подвижные игры с элементами волейбола</b>	<b>11</b>	ЗИМ	В доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления		

19		Разминка. Подвижные игры с элементами волейбола (передачи мяча).	1	ИНМ	В доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления		
20		Разминка. Подвижные игры с элементами волейбола (передачи мяча).	1	ЗИМ	В доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления		
21		Разминка. Подвижные игры с элементами волейбола (передачи мяча).	1	ЗИМ	В доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления		
22		Разминка. Подвижные игры с элементами волейбола (передачи мяча, подачи мяча).	1	ИНМ	В доступной форме объяснять правила (технику) выполнения	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления		

					двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;			
23		Разминка. Подвижные игры с элементами волейбола (передачи мяча, подачи мяча).	1	ЗИМ	В доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления		
24		Разминка. Эстафеты с элементами волейбола (передачи мяча).	1	ИНМ	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований	Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности		
25		Разминка. Эстафеты с элементами волейбола (передачи мяча).	1	ЗИМ	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований	Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности	ИНМ	
26		Разминка. Эстафеты с элементами волейбола (передачи мяча).	1	ЗИМ	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований	Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности	ИНМ	

27		Разминка. Эстафеты с элементами волейбола (передачи мяча, подачи мяча).	1	ИНМ	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований	Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности		
28		Разминка. Эстафеты с элементами волейбола (передачи мяча, подачи мяча).	1	ЗИМ	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований	Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности		
29		Разминка. Эстафеты с элементами волейбола (передачи мяча, подачи мяча).	1	ЗИМ	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований	Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности	ИНМ	
		<b>Подвижные игры с элементами футбола</b>	<b>5</b>					
30		Разминка. Подвижные игры с элементами футбола (передачи, ведение мяча).	1	ЗИМ	В доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления	ИНМ	
31		Разминка. Подвижные игры с	1	ЗИМ	В доступной форме	Находить ошибки при		

		элементами футбола (передачи, ведение мяча).			объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;	выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления		
32		Разминка. Подвижные игры с элементами футбола (передачи, ведение мяча, удары по мячу).	1	ЗИМ	В доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления		
33		Разминка. Эстафеты с элементами футбола (передачи, ведение мяча, удары по мячу).	1	ЗИМ	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований	Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности		
34		Разминка. Эстафеты с элементами футбола (передачи, ведение мяча, удары по мячу).	1	ЗИМ	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований	Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности		
		<b>Итого</b>	<b>34</b>					

Принятые сокращения:

ИНМ – изучение нового материала

ЗИМ – закрепление изученного материала