

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Александро-Ершинская средняя школа

МУНИЦИПАЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
АЛЕКСАНДРО-ЕРШИНСКАЯ
СРЕДНЯЯ ШКОЛА



«СОГЛАСОВАНО»

«_22_» 08. 2024

_____ /Л. Е. Янцевич/

«УТВЕРЖДАЮ»

Приказ № 059_от «_22_» 08. 2024

_____ Директор школы

Т.Д.Шевченко

Рабочая программа

курса внеурочной деятельности «Городошный спорт»

для 5-7 классов

Составитель рабочей программы:
Проявченко Галина Михайловна
учитель физической культуры

Александро - Ерша, 2024

Пояснительная записка

Исходными документами для составления данной рабочей программы для 5 класса являются:

1. ФГОС ООО (с изменениями)
2. Примерная основная образовательная программа основного общего образования
3. Основная образовательная программа основного общего образования МБОУ Александров – Ершинской СШ
4. Положение о рабочей программе по внеурочной деятельности МБОУ Александров – Ершинской СШ

Рабочая Программа внеурочной деятельности «Городошный спорт» предназначена для 5-7 классов. Имеет физкультурно-спортивную направленность. Решает задачи физического воспитания детей на дополнительном уровне.

Разработана на основании программы Духанин В.М. Городошный спорт. Учебная программа. 2000 г. Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности, обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах деятельности с учетом возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

В настоящее время возросло количество детей с респираторными заболеваниями, появились дети с избыточным весом, дети с нарушением осанки, с нарушением зрения. Причиной этому является малоподвижный образ жизни.

Городки – это демократичная уличная игра, известная многим родителям с детства. Она является прекрасным видом досуга, который включает в себя и спорт, и закаливание организма, и общение детей со взрослыми.

Игра в городки повышает способность к концентрации, сосредоточению, укрепляет нервную систему ребенка. В игре ребенку можно делать то, что в реальности прогулки запрещено: играть с палкой, бросать ее, бегать, кричать, что является сильной психоэмоциональной разгрузкой. Игра в городки учит внутренней дисциплине, развивает упорство, способность своевременно принимать верные решения.

Особенность данной программы в обучении игре в городки – в организации семейного досуга, в укреплении связи поколений.

Физическое, психическое, социальное благополучие – вот что лежит в основе игры в городки. Двигательная активность, направленная на достижение цели любого действия, определяется уровнем развития интеллектуально-сенсорной, познавательной, а также эмоционально-волевой и игровой сферы. Удовлетворение, получаемое в результате преодоления возникающих трудностей различного характера, способствует развитию волевых усилий, обогащению двигательного опыта.

Цель программы: ознакомление детей со спортивной игрой «городки», формирование основ правильной техники и воспитание потребности и интереса к занятиям физической культурой и спортом.

Задачи программы:

Оздоровительные:

- сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, в том числе их эмоциональное благополучие;
- способствовать совершенствованию деятельности основных систем организма (нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей.

Образовательные:

- познакомить детей с историей, правилами и элементами спортивной игры «Городки»;
- учить детей понимать сущность игры, знать основные фигуры и уметь их выставлять;

Развивающие:

- развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость, ориентировку в пространстве, глазомер;
- развивать мышечную память, технико-тактические действия с битой.

Воспитательные:

- воспитание у учащихся высоких нравственных качеств и формирование мотивации к систематическим занятиям физическими упражнениями;
- формировать общую культуру личности детей, в том числе ценности здорового образа жизни - воспитывать умение подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели;
- воспитывать умение действовать в коллективе, соотносить свои действия с правилами, действиями товарищей.

Особенности реализации программы внеурочной деятельности: количество часов и место проведения занятий

Программа внеурочного курса по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Городошный спорт» предназначена для обучающихся 5-7 классов. Принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения занятий, а именно: занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т.е. 40 минут.

Занятия проводятся в спортивном зале.

Место предмета в учебном плане:

Программа рассчитана 1 год, в рамках внеурочной деятельности и включает модуль «Городошный спорт».

Объем учебной нагрузки составляет: 34(по 1 часу в неделю) занятий в 5- 7 классе,

Промежуточная аттестация - в форме «соревнование».

Планируемые результаты курса внеурочной деятельности

Ожидаемые результаты к концу обучения ребенок осваивает:

- основные правила игры;
- знает и умеет выстраивать основные фигуры «звезда», «пушка», «тир», «забор», «бочка»;

- овладевает основными приемами и техникой броска биты;
- приобретает опыт участия в соревнованиях.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по городошному спорту направлению «спортивно-оздоровительное» является формирование следующих умений:

- личностные результаты – готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- метапредметные результаты – освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- предметные результаты – освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Регулятивные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- проговаривать последовательность действий;
- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды;

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные УУД:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. *Слушать и понимать* речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Содержание учебного курса внеурочной деятельности

Обучение школьников в «Городошный спорт» проходит поэтапно. Школьники изучают теоретические аспекты игры, знакомятся с инвентарем, правилами игры и терминологией, а также с основами техники броска биты в городки. В практической деятельности осваивают технику и навыки броска биты, отрабатывают технику, используют различные спортивные снаряды (набивной мяч, биты разной тяжести), упражнения с гимнастическими палками, упражнения на развитие глазомера (метание в цель). В конце обучения организуются соревнования.

Для обучения детей игре в городки организуются специальные занятия, которые имеют традиционную структуру и состоят из трёх частей:

1 Часть (вводная) - включает в себя различные виды ходьбы и бега или комплекс ритмической гимнастики.

2 Часть (основная) - состоит из комплексов упражнений с разными спортивными снарядами, упражнения для кистей рук с мелкими предметами, на развитие глазомера, подвижных игр и дыхательных упражнений.

3 Часть (заключительная) – проведение тренировочных мини-турниров

Материально-техническое обеспечение

1. Набивные мячи
2. Теннисные мячи
3. Гимнастические палки
4. Биты для игры в городки
5. 1 набор городков
6. Площадка с разметкой

Номер урока	Дата урока	Тема урока	примечание
1		Вводное занятие. Техника безопасности	1
2		Общая физическая подготовка	1
3		Беседа на тему: «Народная игра – городки».	1
4		Профилактика травматизма на занятиях. Оказание первой медицинской помощи.	1
5		Знакомство с правилами игры, терминологией («город», городки, фигуры, бита, кон, полукон).	1
6		Освоение правильного положения рук, ног при броске биты; знакомство с фигурой «забор».	1
7		Обучение правильной стойке при броске биты правой рукой, левой, развитие мышц рук.	1
8		Мониторинг результативности: меткости, дальности, силы мышц.	1
9		Броски биты правой, левой рукой.	1

10		Пробная игра	1
11		Ознакомление детей с историей игры, сообщение сведений о знаменитых людях, любителях городошного спорта.	1
12-13		Обучение правильной стойке при броске мяча правой рукой, левой, развитие мышц рук.	2
14		Обучение броску биты, развитие глазомера, меткости	1
15-16		Изучение порядка построения фигур	2
17-18		Метание набивного мяча через сторону на дальность, правой, левой рукой	2
19-22		Выбивание фигур: «забор», «звезда», «пушка», «бочка».	4
23-24		Развитие глазомера, меткости. Метание теннисного мяча в вертикальную цель.	2
25-27		Выбивание фигуры «самолет», «тир».	3
28-30		Выбивание фигуры «Ворота».	3
31-32		Обучение соблюдению правил игры, закрепление знания терминологии, развитие меткости глазомера, силы броска.	1
33		Ознакомление с правилами проведения соревнований	1
34		ПА Соревнование	1

Учебно-методический комплект.

Список литературы:

1. С.С. Семенов, М.К.Говорков « Городошный спорт» Азбука спорта ,г.Москва ,изд.»Физкультура и спорт» ,1981г.
2. Н.Д. Никитин « Городки» г. Мурманск, типография ТЗТ,1990г.
3. В.М. Духанин « Городошный спорт. Учебная программа для детско –юношеских спортивных школ всех видов» г. Москва, 2000г.
4. Под. Ред. Стиславского А.Б. « Россия . Городки возвращаются», г. Москва ,2011г.

Информационные источники:

- Федерация городошного спорта Москвы www.mosgorodki.ru
- Спортивная энциклопедия популярных видов спорта www/sportmenu.r