

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Менделеевская средняя общеобразовательная школа»

**ВЫПИСКА ИЗ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ
ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ, УТВЕРЖДЕННОЙ
ПРИКАЗОМ ОТ «01» сентября 2023, ПРОТОКОЛ ПЕДСОВЕТА № 10
ОТ «31» августа 2023 г.**

(ФГОС ООО, утвержденный приказом Минпросвещения РФ от
31.05.2021 г. № 287)/

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Спортивные игры»

Разработчик: Поносова А.А.

Выписка верна

«01»сентября 2023 г.

Директор

Т.Б. Богданова

М П

п.Менделеево, 2023

Пояснительная записка

Спортивная игра – это средство физического воспитания детей. Спортивная игра дает возможность развивать и совершенствовать разнообразные движения.

Целесообразность и актуальность программы заключается в том, что занятия по внеурочной деятельности, позволят восполнить недостаток навыков и овладеть необходимыми приёмами игры во внеурочное время

Цель программы внеурочной деятельности «Спортивные игры»: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.

Цель конкретизирована следующими **задачами**:

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся;
- популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;
- формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям спортивными играми;
- обучение технике и тактике спортивных игр;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний; воспитание моральных и волевых качеств.

Материал программы предполагает изучение основ трёх спортивных игр: баскетбола, волейбола, футбола и даётся в трёх разделах: основы знаний, общая физическая подготовка и специальная техническая подготовка.

Материал по общей физической подготовке является единым для всех спортивных игр и входит в каждое занятие курса.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностными результатами освоения учащимися содержания внеурочной деятельности 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 учащимися содержания внеурочной деятельности 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 учащимися содержания внеурочной деятельности 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, ситуациях.

В результате изучения внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности «Подвижные игры» школьники должны:

Знать:

- правила игр, основные приемы техники игры в различных видах спорта;
- простейшие индивидуальные, групповые и командные тактические действия;
- историю развития данных видов в России и в мире;
- правила судейства в изучаемых подвижных играх;
- основы истории развития физической культуры;
- физиологические основы деятельности систем дыхания, кровообращения и энергообеспечения при мышечных нагрузках, возможности их развития;
- индивидуальные способы контроля;
- правила личной гигиены, правила техники безопасности при проведении подвижных игр и внеурочных занятий профилактику травматизма.

Уметь:

- выполнять основные приемы техники игр и применять их в игре;
- соблюдать на практике правила игр, действовать в соответствии с требованиями судейства в различных видах спорта;
- соблюдать правила взаимодействия в процессе спортивной игры;
- осуществлять рефлексию в ходе и по окончании игровой деятельности;
- соблюдать правила безопасности на занятиях физической культурой;
- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием;
- демонстрировать двигательные умения и навыки.

Формы занятий

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

Содержание изучаемого курса

№	Название раздела	Теория : Основные теоретические понятия	Практика: Примерное содержание деятельности	Оборудование, оснащённость	Место проведения
1	Бадминтон	<ul style="list-style-type: none"> - История возникновения игры. - Правила игры бадминтона. - Организация проведения соревнований. - Инструктаж по ТБ на занятиях бадминтоном. 	<ul style="list-style-type: none"> - ОФП - СФП - Обучение техники нападения: а) атакующие удары справа, слева, сверху, снизу; б) удары внутренней и внешней стороной ракетки. - Техника защиты. Подводящие и подготовительные упражнения. Учебная игра 	Теннисные мячи, волан, ракетка, стенка гимнастическая, свисток	Спортзал школы, спортивная площадка.
2	Пионербол	<ul style="list-style-type: none"> - История возникновения игры. - Правила игры. - Организация 	<ul style="list-style-type: none"> - ОФП - СФП - Обучение техники нападения. Подводящие и подготовительные упражнения. - Техника защиты. Игровые упражнения 	Теннисные мячи, гимнастические скакалки, волейбольные мячи, свисток.	Спортзал школы, спортивная площадка.

		<p>проведения соревнований.</p> <p>- Инструктаж по ТБ на занятиях пионерболом.</p>	<p>ия с включением основных приёмов игры в нападении и защите. Учебная игра.</p>		
3	Волейбол	<p>- История возникновения игры.</p> <p>- Правила игры в волейбол.</p> <p>- Организация проведения соревнований.</p> <p>- Инструктаж по ТБ на занятиях волейболом.</p>	<p>- ОФП</p> <p>- СФП</p> <p>- Обучение техники нападения:</p> <p>а) Стойки, перемещение;</p> <p>б) Передача мяча сверху двумя руками стоя лицом, спиной в направлении передачи;</p> <p>в) Поддача мяча: нижняя прямая, верхняя прямая;</p> <p>г) Нападающий удар. Подводящие и подготовительные упражнения.</p> <p>- Техника защиты:</p> <p>а) Стойки, перемещение;</p> <p>б) Приём мяча снизу;</p> <p>в) Блокирование.</p>	<p>Теннисные мячи, подвесной мяч, гимнастические скамейки, скакалки, волейбольные мячи, набивные мячи, свисток.</p>	<p>Спортзал школы, спортивная площадка.</p>
4	Баскетбол	<p>- История возникновения</p>	<p>- ОФП</p> <p>- СФП</p> <p>- Перемещения,</p>	<p>Баскетбольные мячи, гимнастические</p>	<p>Спортзал школы, спортивная площадка.</p>

		<p>ования игры. - Правила игры. - Органи зации проведен ия соревнов аний. - Инструкт аж по ТБна занятиях баскетбо лом.</p>	<p>остановки, повороты. - Бегс изменением скорости, направления. - Ловля и передача мяча двумя руками от плечав парах, в тройках,на местей в движении. - Броскимячав корзину однойрукой от плечас близкого расстояния после остановкии после ведения. - То жесосредней дистанции. -Ведение мячас изменениемнаправ ления после ловли в движениии ведение мячас ускорением. - Сочетание изученных приёмов и применение ихвигре. - Индивидуальные действия в нападении и защите, выбивание и вырывание мяча, держание игрока без мячаи с мячом.</p>	<p>скамейки, скакалки, свисток.</p>	
5	Футбол	<p>- Истори я возникн ования игры.</p>	<p>-ОФП - СФП - Перемещения, остановки, повороты. - Бегс изменением скорости,направле</p>	<p>Футбольны е мячи, набивные мячи, конусы, гимнастиче</p>	<p>Спортивна я площадка школы.</p>

	<p>- Правила игры. - Организация проведения соревнований.</p> <p>- Инструктаж по ТБ на занятиях баскетболом.</p>	<p>ния. Обучение технике владения мячом: а) ведение мяча; б) удары по мячу; в) отбор мяча, финты;</p> <p>- Сочетание изученных приёмов и применение их в игре.</p> <p>- Индивидуальные и групповые действия в нападении и защите.</p> <p>- Тактические действия.</p>	<p>ские скамейки, скакалки, свисток.</p>	
--	--	--	--	--

Тематическое планирование для учащихся 6-7 класса.

№ урока	Тема раздела, урока	Количество часов
	Футбол	9
1	Техника безопасности на занятиях по футболу. История возникновения и правила игры. ОФП.	1
2	Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
3	Удар по неподвижному и катящемуся мячу серединой подъема. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
4	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
5	Остановка катящегося мяча подошвой. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
6	Ведение мяча внешней и внутренней частью подъема. Игры на закрепление и совершенствование	1

	технических действий.	
7	Выбивание мяча ударом ногой. ОФП. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
8	Комбинации из основных элементов техники перемещений и владения мячом. ОФП. Игры на закрепление и совершенствование технических и тактических действий.	1
9	Индивидуальные тактические действия. ОФП. Игры на закрепление и совершенствование технических и тактических действий.	1
	Баскетбол.	8
10	Инструктаж по ТБ. История возникновения игры. Ознакомление с упрощёнными правилами игры «Баскетбол».	1
11	Передвижение, прыжки, остановки, повороты мячом. Игра «10 передач». ОФП.	1
12	Варианты передачи и ловли мяча на месте. Игра «Передал - садись». СФП.	1
13	Варианты передачи и ловли мяча в движении. Игра «Передал – садись». СФП.	1
14	Ведение мяча на месте и продвижением бегом. Игра по упрощённым правилам.	1
15	Повторение изученных приёмов. Броски мяча в кольцо двумя руками. Игра по упрощённым правилам.	1
16	Сочетание изученных приёмов игры. Игра по упрощённым правилам.	1
17	Эстафеты с элементами баскетбола.	1
	Пионербол-Волейбол	8
18	Инструктаж по ТБ. История возникновения игры. Ознакомление с правилами игры «Пионербол - Волейбол»	1
19	Передача и ловля мяча двумя руками. ОФП	1
20	Передача и ловля мяча двумя руками. Подача мяча. Учебная игра.	1
21	Сочетание изученных приёмов игры. Подвижная игра «Охотники и утки».	1
22	Сочетание изученных приёмов игры. Учебная игра.	1
23	Нападающий удар через сетку с 2-3 шагов разбега. Учебная игра.	1

24	Нападающий удар через сетку с 2-3 шагов разбега. Учебная игра.	1
25	Учебная игра в пионербол. ОФП.	1
Бадминтон		10
26	История возникновения игры «Бадминтон». Правила игры. ОФП.	1
27	Удары снизу, сверху, слева, справа, подачи. Учебная игра.	1
28	Удары снизу, сверху, слева, справа, подачи. Учебная игра.	1
29	Жонглирование своланом, выполнение ударов внутренней стороной ракетки. СФП.	1
30	Жонглирование своланом, выполнение ударов внешней стороной ракетки. СФП.	1
31	Удары справа, слева по высокой траектории. Учебная игра.	1
32	Удары справа, слева по высокой траектории. Учебная игра.	1
33	Игровые задания. ОФП.	1
34	Игровые комбинации из ранее изученных элементов.	1

Тематическое планирование для учащихся 8 класса.

№ урока	Тема раздела, урока	Количество часов
Футбол		9
1	Техника безопасности на занятиях по футболу. История возникновения и правила игры. ОФП.	1
2	Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
3	Удар по неподвижному и катящемуся мячу серединой подъема. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
4	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
5	Остановка катящегося мяча подошвой. Игры на закрепление и совершенствование технических	1

	действий.	
6	Ведение мяча внешней и внутренней частью подъема. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
7	Выбивание мяча ударом ногой. ОФП. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
8	Комбинации из основных элементов техники перемещений и владения мячом. ОФП. Игры на закрепление и совершенствование технических и тактических действий.	1
9	Индивидуальные тактические действия. ОФП. Игры на закрепление и совершенствование технических и тактических действий.	1
	Баскетбол.	7
10	Инструктаж по ТБ. История возникновения игры. Ознакомление с упрощёнными правилами игры «Баскетбол».	1
11	Передвижение, прыжки, остановки, повороты с мячом. ОФП.	1
12	Ловля и передача мяча после остановки, в движении со сменой направления движения. Учебная игра	1
13	Ловля и передача мяча после остановки, в движении со сменой направления движения. Учебная игра	1
14	Броски мяча в корзину с места и в движении. Учебная игра.	1
15	Броски мяча в корзину с места и в движении. Учебная игра.	1
16	Сочетание изученных приёмов и применение их в игре.	1
	Пионербол - Волейбол	8
17	Инструктаж по ТБ. История возникновения игры. Ознакомление с правилами игры «Пионербол - Волейбол»	1
18	Передача и ловля мяча двумя руками. ОФП	1
19	Передача и ловля мяча двумя руками. Поддача мяча. Учебная игра.	1

20	Сочетание изученных приёмов игры. Учебная игра. СФП	1
21	Сочетание изученных приёмов игры. Учебная игра. СФП.	1
22	Нападающий удар через сетку с 2-3 шагов разбега. Учебная игра.	1
23	Нападающий удар через сетку с 2-3 шагов разбега. Учебная игра.	1
24	Учебная игра в пионербол. ОФП.	1
	Бадминтон	10
25	История возникновения игры «Бадминтон». Правила игры. ОФП.	1
26	Удары снизу, сверху, слева, справа, подачи. Учебная игра.	1
27	Удары снизу, сверху, слева, справа, подачи. Учебная игра.	1
28	Жонглирование своланом, выполнение ударов внутренней стороной ракетки. СФП.	1
29	Жонглирование своланом, выполнение ударов внешней стороной ракетки. СФП.	1
30	Удары справа, слева по высокой траектории. Учебная игра.	1
31	Удары справа, слева по высокой траектории. Учебная игра.	1
32	Игровые задания. ОФП,	1
33	Игровые задания. ОФП,	1
34	Игровые комбинации из ранее изученных элементов	1

Список использованных источников:

1. https://revolution.allbest.ru/sport/00354185_0.html
2. <https://resh.edu.ru/>
3. <https://infourok.ru/pourochnye-razrabotki-po-fizkulture-6-klass-5496681.html>
4. <https://infourok.ru/kartoteka-po-fizicheskoy-kulture-sportivnie-igri-dlya-vseh-voznrastov-3192390.html>
5. https://kartaslov.ru/книги/Н_Е_Ветков_Спортивные_и_подвижные_игры/1