

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА
НОЯБРЬСКА

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

МБОУ "СОШ №10 с УИФиТД"

РАССМОТРЕНО

руководитель ШМО

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора

УТВЕРЖДЕНО

директор

Халилова Г.Г.
№ 360 от «30» 08 2024 г.

Бурлака Е.Н.
№ 360 от «30» 08 2024 г.

Бурлака Е.Н.
№ 360 от «30» 08 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности кружка «Спортивные игры»

для обучающихся 5-9 классов

Ноябрьск, 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» подготовлена в соответствии с требованиями ФГОС ООО, с учетом примерной программы по физической культуре, концепции преподавания физической культуры, программы воспитания.

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.

Программа «Спортивные игры» призвана сформировать у обучающихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, в творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

В программе представлены доступные для обучающихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики спортивных игр, развитию физических способностей.

Программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» предназначена для физкультурно – спортивной и оздоровительной работы с обучающимися.

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.

Программа разработана на основе требований к результатам освоения образовательной программы.

На изучение курса Спортивные игры в 5,6,7,8,9 классах в плане внеурочной деятельности МБОУ «СОШ №10 с УИФиТД» отводится по 1 часу в неделю, всего 34 часа.

Для реализации программы используется литература

Учебник под редакцией Игоря Акинфеева; автор Г.И. Погадаев. Физическая культура. Футбол для всех. 5-9 классы М. Просвещение, 2021

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» содержит перечень рекомендуемых спортивных игр, перечень упражнений для овладения техникой и тактикой игры в волейбол и баскетбол, футбол. При правильной методике проведения игр и эстафет они с успехом используются для воздействия на различные системы организма, развивают ловкость, быстроту реакции, способность приспосабливаться к меняющимся условиям, повышают эмоциональный уровень.

Весь программный материал направлен на решение оздоровительных задач, развитие физических качеств, формирование двигательных умений и навыков, освоение учащимися теоретических знаний.

Баскетбол:

Основы техники и тактики. Техника передвижения. Повороты в движении. Сочетание способов передвижений. Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока. Ловля мяча одной рукой на уровне груди. Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трех очковой линии. Ведение мяча с изменением высоты отскока. Ведение мяча с изменением скорости. Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока. Групповые действия. Учебная игра.

Волейбол:

Вводное занятие. Инструктаж по ТБ на занятиях по волейболу. Понятие о технике и тактике игры. Перемещения и стойки. Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Передача на точность. Встречная передача. Поддача мяча. Прием мяча. Техника защиты. Нападающий бросок. Групповые действия игроков. Учебно-тренировочные игры.

Футбол:

Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой. Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, проявляющихся в положительном отношении учащихся к занятиям двигательной физкультурной деятельностью. Личностные результаты проявляются:

В области познавательной культуры:

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и подготовленности;
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья, способах профилактики заболеваний;
- владение знаний по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности.

В области нравственной культуры:

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения;

- способность включаться в физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия;

- владение умением предупреждать конфликтные ситуации, разрешать спорные вопросы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

В области трудовой культуры:

- умение планировать режим дня, сочетать нагрузку и отдых;
- умение проводить туристские походы, готовить снаряжение, соблюдать правила безопасности;

- умение содержать в порядке спортивный инвентарь, одежду, осуществлять их подготовку к занятиям;

В области эстетической культуры:

- умение сохранять правильную осанку;
- желание поддерживать хорошее телосложение;
- культура движения.

В области коммуникативной культуры:

- умение осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать и анализировать полученные знания;

- умение формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий;

- умение оценивать ситуацию, оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения.

В области физической культуры:

- владение навыками ходьбы, бега, прыжков и др. различными способами и в разных внешних условиях;

- владение навыками выполнения физических упражнений различной функциональной направленности;

- умение максимально проявлять физические способности при выполнении тестовых упражнений.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей, проявляющихся в применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности.

В области познавательной культуры:

- понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека;

- понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности;

- понимания физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и дивиантного поведения.

В области нравственной культуры:

- бережное отношение к здоровью, проявление доброжелательности к людям с ограниченными возможностями;

- уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности;

- ответственное отношение к порученному делу.

В области трудовой культуры:

- добросовестное выполнение учебных заданий;

- рациональное планирование учебной деятельности, умение организовать места занятий и обеспечивать их безопасность;

- поддержание оптимального уровня работоспособности, активное использование занятий физической культурой для профилактики психического и физического утомления.

В области эстетической культуры:

- восприятие красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами;

- понимание культуры движений человека постижение двигательных умений в соответствии с их целесообразностью;
- восприятие соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия.

В области коммуникативной культуры:

- владение культурой речи, ведение диалога в открытой форме, проявления к собеседнику уважения;
- владение умением вести дискуссию, находить компромиссы при принятии общих решений;
- владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения.

В области физической культуры:

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержания;
- владение широким арсеналом двигательных действий из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, их активное использование в спортивной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и подготовленности.

Предметные результаты характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности, приобретаемый в процессе освоения учебного предмета.

В области познавательной культуры:

- знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения;
- знания основных направлений развития физкультуры в обществе, их целей, задач и форм организации;
- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек.

В области нравственной культуры:

- способность проявлять инициативу при совместных занятиях физической культурой, доброжелательно относиться к занимающимся;
- умение оказывать помощь занимающимся, корректно объяснять объективно оценивать технику их выполнения;
- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности.

В области трудовой культуры:

- способность преодолевать трудности;
- способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой разной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, инвентаря, оборудования и одежды;
- способность самостоятельно проводить занятия профессионально-прикладной физической подготовкой, подбирать упражнения с ориентацией на будущую профессию.

В области эстетической культуры:

- способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения, подбирать комплексы физических упражнений в зависимости от индивидуальных особенностей ;
- способность организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения координационной, ритмической и пластической направленности;
- способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки.

В области коммуникативной культуры:

- способность доступно излагать знания о физической культуре;
- способность формулировать цели и задачи занятий;

- способность осуществлять судейство, владеть информационными жестами судьи.

В области физической культуры:

-способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики;

- способность составлять планы занятий физической культурой с разной педагогической направленностью, регулировать величину нагрузки;

- способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств.

5-9 класс

Тематическое планирование, в том числе, с учётом рабочей программы воспитания с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы и с учётом использования электронных образовательных ресурсов и цифровых образовательных платформ

№ П/ п	Тематика	Кол и- чест во часо в	В том числе		Форма проведени я	Воспитательн ый компонент	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
			Теор ия	Практи ка			
	Спортивные игры: баскетбол.						
1.	Инструктаж по технике безопасности на занятиях по баскетболу. Техника ловли мяча	1	0,5	0,5	Беседа Практичес кое занятие	Суть физического воспитания состоит в том, чтобы с помощью средств	https://resh.edu.ru/subject/9/
2.	Техника ловли мяча	1		1	Практичес кое занятие	физического воспитания придать	https://resh.edu.ru/subject/9/
3.	Техника ловли мяча	1		1	Практичес кое занятие	естественному процессу становление	https://resh.edu.ru/subject/9/
4.	Техника передачи мяча	1		1	Практичес кое занятие	форм и фу нкций растущего организма	https://resh.edu.ru/subject/9/
5.	Техника передчи мяча	1		1	Практичес кое занятие	оптимальный характер,	https://resh.edu.ru/subject/9/
6.	Ведение мяча стоя на месте	1		1	Практичес кое занятие	обеспечить, возможно,	https://resh.edu.ru/subject/9/
7.	Ведение мяча	1		1	Практичес	гармоничное в этот период физическое	https://resh.edu.ru/subject/9/

	стоя на месте				кое занятие	развитие, содействовать	bject/9/
8.	Ведение мяча в движении	1		1	Практическое занятие	нормальному функционированию	https://resh.edu.ru/subject/9/
9.	Ведение мяча в движении	1		1	Практическое занятие	организма, укрепить здоровье.	https://resh.edu.ru/subject/9/
10.	Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места	1		1	Практическое занятие	Важное место в системе физического воспитания детей школьного возраста занимают спортивные игры. Общая характеристика игровых действий является важной основой при определении влияния спортивных игр на организм занимающихся,	https://resh.edu.ru/subject/9/
11.	Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места	1		1	Практическое занятие		https://resh.edu.ru/subject/9/
12.	Технические действия с мячом	1		1	Практическое занятие		https://resh.edu.ru/subject/9/
13.	Технические действия с мячом	1		1	Практическое занятие		https://resh.edu.ru/subject/9/
	Спортивные игры: волейбол.						
14.	Инструктаж по технике безопасности на занятиях волейбола. Прямая нижняя подача мяча	1	0,5	0,5	Беседа Практическое занятие	а следовательно, и на определение значения их в системе физического воспитания.	https://resh.edu.ru/subject/9/
15.	Прямая нижняя подача мяча	1		1	Практическое занятие	Важная особенность спортивных игр – сложные	https://resh.edu.ru/subject/9/
16.	Приём и передача мяча снизу	1		1	Практическое занятие		https://resh.edu.ru/subject/9/

17.	Приём и передача мяча снизу	1		1	Практическое занятие	коллективные тактические действия. Большинство видов спортивных игр являются командными, и успех в соревнованиях во многом зависит от слаженности действий всех участников. От игроков требуется максимум инициативы, творчества и смелости, для того чтобы согласовать свои действия с партнерами и добиться успеха.	https://resh.edu.ru/subject/9/
18.	Приём и передача мяча сверху	1		1	Практическое занятие		https://resh.edu.ru/subject/9/
19.	Приём и передача мяча сверху	1		1	Практическое занятие		https://resh.edu.ru/subject/9/
20.	Технические действия с мячом				Практическое занятие		https://resh.edu.ru/subject/9/
21.	Технические действия с мячом	1		1	Практическое занятие		https://resh.edu.ru/subject/9/
22.	Технические действия с мячом	1		1	Практическое занятие		https://resh.edu.ru/subject/9/
23.	Технические действия с мячом	1		1	Практическое занятие		https://resh.edu.ru/subject/9/
	Спортивные игры: футбол.						
24.	Инструктаж по технике безопасности на занятиях по футболу. Удар по мячу внутренней стороной стопы	1	0,5	0,5	Беседа Практическое занятие		https://resh.edu.ru/subject/9/
25.	Удар по мячу внутренней стороной стопы	1		1	Практическое занятие		https://resh.edu.ru/subject/9/
26.	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1		1	Практическое занятие		https://resh.edu.ru/subject/9/

27.	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1		1	Практическое занятие		https://resh.edu.ru/subject/9/
28.	Ведение футбольного мяча «по прямой»	1		1	Практическое занятие		https://resh.edu.ru/subject/9/
29.	Ведение футбольного мяча «по прямой»	1		1	Практическое занятие		https://resh.edu.ru/subject/9/
30.	Ведение футбольного мяча «по кругу»	1		1	Практическое занятие		https://resh.edu.ru/subject/9/
31.	Ведение футбольного мяча «по кругу»	1		1	Практическое занятие		https://resh.edu.ru/subject/9/
32.	Ведение футбольного мяча «змейкой»	1		1	Практическое занятие		https://resh.edu.ru/subject/9/
33.	Обводка мячом ориентиров	1		1	Практическое занятие		https://resh.edu.ru/subject/9/
34.	Совершенствование командно-тактических действий.	1		1	Практическое занятие		https://resh.edu.ru/subject/9/
	ИТОГО	34	1,5	32,5			