

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ КОМИ  
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО  
ОКРУГА «УСИНСК»  
МБОУ «СОШ № 2» г. Усинска

РАССМОТРЕНО  
Педагогическим советом  
Протокол №1 от 31.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директором С.В. Сошко  
Приказ № 830 от 31.08.2023г.

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности**  
**«Спортивные игры»**  
(7 – 9 классы)

Срок реализации программы 1 год

Составил: Окулов Н.С.  
учитель физической культуры

## І. Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» для учащихся 7-х классов разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утверждённым приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 г. №1897 в редакции приказа от 31.12.2015г. № 1577; на основании Основной образовательной программы основного общего образования МБОУ «СОШ № 2» г. Усинска.

Программа курса внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и является неотъемлемой частью всего образовательного процесса. Основная идея программы заключается в мотивации учащихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

В программе отражены основные *принципы* спортивной подготовки воспитанников:

- *принцип системности* (предусматривает тесную взаимосвязь содержания соревновательной деятельности и всех сторон учебно-тренировочного процесса: физической, технической, тактической, психологической, интегральной, теоретической подготовки; воспитательной работы; восстановительных мероприятий; педагогического и медицинского контроля);
- *принцип преемственности* (определяет последовательность изложения программного материала по этапам многолетней подготовки в годичных циклах. Обеспечена преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей физической, технико-тактической и интегральной подготовленности);
- *принцип вариативности* (предусматривает в зависимости от этапа многолетней подготовки, индивидуальных особенностей воспитанника вариативность программного материала для практических занятий, характеризующихся разнообразием тренировочных средств и нагрузок, направленных на решение определенной педагогической задачи).

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

**Задачи:**

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию учащихся;
- популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;
- формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям спортивными играми;
- обучение технике и тактике спортивных игр.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья учащихся, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

Таким образом, программа «Спортивные игры» является одним из механизмов реализации Программы развития УУД, обеспечивающим развитие всех групп метапредметных УУД и вносящим вклад в достижение личностных результатов. При этом содержание индивидуальной, групповой и коллективной деятельности, связанное с предметом, определяет ее возможности в достижении предметных планируемых результатов. Программа «Спортивные игры» усиливает вариативную составляющую программы учебного предмета «Физическая культура», связанную с углубленным изучением отдельных аспектов курса физической культуры 7 класса.

Учет результатов освоения курса фиксируется в рамках Портфолио учащегося в виде творческих работ (дипломы, грамоты, фотоматериалы), подготовленных с использованием ИКТ; результатов участия в спортивных соревнованиях разного уровня, в обязательном порядке в муниципальных спортивных праздниках, акциях, марафонах, спартакиадах и соревнованиях.

Курс реализуется в течение учебного года в количестве 34 часов в 7-х, 8-х, 9-х классов.

## **II. Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у учащихся формируются личностные, метапредметные и предметные результаты.

*Личностные результаты* обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей; *предметные* – через формирование основных элементов научного знания, а *метапредметные* результаты – через универсальные учебные действия (далее УУД).

**Личностные результаты** отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся:

- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключающего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

### **Метапредметные результаты:**

- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;
- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;
- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

### **Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:**

- осознание учащимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности учащихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение учащихся к собственному здоровью.

### **III. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации учебных занятий, основных видов учебной деятельности**

#### **7 класс:**

##### **Баскетбол – 11 часов**

Комбинации из освоенных элементов техники передвижений. Остановка в два шага и прыжком. Ведение шагом, бегом, змейкой, с изменением направления, скорости, с пассивным сопротивлением противника. Передачи и броски одной рукой от плеча, двумя – с отскоком от пола. Вырывание и выбивание мяча. Игра по упрощенным правилам.

##### **Волейбол – 16 часов**

Специальные прыжковые упражнения. Различные стойки и передвижения. Прием мяча снизу двумя руками. Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх в парах, через сетку Прием мяча после подачи Нижняя прямая подача. Прямая верхняя подача. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Тактика свободного нападения Игра по упрощенным правилам. Комбинации из освоенных элементов. Эстафеты. Привлечение к судейству.

##### **Мини-футбол – 6 часов**

Удар и остановка серединой подъема. Ведение мяча с обводкой соперника и остановкой мяча, Жонглирование мячом. Финты. Тактика игры в защите и нападении. Судейство в футболе.

#### **8 класс:**

##### **Баскетбол - 8 часов**

Комбинации из освоенных элементов техники передвижений. Ведение шагом, бегом, змейкой, с изменением направления и скорости, с пассивным сопротивлением соперника. Учебная игра

##### **Волейбол – 8 часов**

Передачи через сетку. Стойки и передвижения. Прием снизу после подачи. Подачи в заданную зону. Тактика свободного нападения. Двусторонняя учебная игра по правилам. Судейство.

##### **Футбол – 9 часов**

Удары и остановка мяча серединой подъема. Ведение с обводкой и остановкой мяча. Финты. Передачи с отскоком от стены. Тактика игры в защите и нападении. Учебная игра.

##### **Бадминтон - 8 часа**

Правила игры. Стойки. Передвижения. Подачи. Удары. Учебная игра.

#### **9 класс:**

##### **Баскетбол – 14 часов**

Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ведение в разных стойках, с сопротивлением и без. Броски в кольцо с места и в движении с противодействием и без. Игра в защите и нападении через «заслон». Взаимодействие игроков Игра по правилам.

##### **Волейбол – 14 часов**

Техника верхней передачи в прыжке. Прямой нападающий удар. Прием мяча с подачи. Одиночное блокирование. Командные тактические действия в защите и нападении. Двусторонняя учебная игра по правилам. Судейство.

##### **Мини-футбол – 5 часов**

Удары по неподвижному и катящемуся мячу. Остановки. Ложные движения (финты). Тактика игры в защите и нападении. Тактика игры вратаря. Судейство

#### **Формы организации:**

групповые и индивидуальные формы занятий – теоретические, практические, комбинированные. Комбинированная форма используется чаще и включает теоретическую: беседу, инструктаж и практическую части: ОФП и игры;

**Характеристика системы отслеживания и оценивания результата** – участие в спортивных соревнованиях. Отслеживание уровня развития двигательных качеств

**Формы организации:**

групповые и индивидуальные формы занятий – теоретические, практические, комбинированные. Комбинированная форма используется чаще и включает теоретическую: беседу, инструктаж и практическую части: ОФП и игры;

**Характеристика системы отслеживания и оценивания результата** – участие в спортивных соревнованиях. Отслеживание уровня развития двигательных качеств.

**IV. Тематическое планирование**

7 класс

№ п/п	Раздел	Количество часов
1	Основы знаний	В процессе занятий
2	Баскетбол	11
3	Волейбол	16
4	Мини-футбол	6
6	Нормативы ГТО	1
<b>ИТОГО</b>		<b>34ч</b>

8 класс

№ п/п	Раздел	Количество часов
1	Основы знаний	В процессе занятий
2	Баскетбол	8
3	Волейбол	8
4	Футбол	9
5	Бадминтон	8
6	Нормы ГТО	1
<b>ИТОГО</b>		<b>34ч</b>

9 класс

№ п/п	Раздел	Количество часов
1	Основы знаний	В процессе занятий
2	Баскетбол	14
3	Волейбол	14
4	Мини-футбол	5
6	Нормативы ГТО	1
<b>ИТОГО</b>		<b>34ч</b>