

*Приложение к ООП ООО,
утвержденной приказом №54 от 20.07.2023 г.*

Муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя школа №24»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

«Спортивные игры»

9 класс

1. Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления «Спортивные игры» в 9 классе составлена на основе следующих документов:

1. Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 12, ст.28)
2. . ФГОС ООО, утверждённй приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 года № 1897;
3. Приказа Минобразования и науки РФ от 17.12.2010 №1897, зарегистрирован в Министерстве юстиции РФ 01.02.2011г. № 19644 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».
4. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010г № 189 г. Москва «Об утверждении СанПин 24.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», зарегистрировано в Минюсте РФ 03.03.2011г., регистрационный №19993.
5. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 14.12.2015 №09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ».
6. Примерных программ по учебным предметам. П76 Физическая культура. 5-9 классы: проект.- 3-е изд.- М.: Просвещение, 2013.-61с.-(Стандарты второго поколения)в соответствии с требованиями ФГОС.
7. Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) / Постановление Правительства Российской Федерации от 11.06.2014 г. № 540

Цель внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления — формирование физической культуры личности школьника посредством освоения основ содержания физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью.

Задачи физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности обеспечивает:

1. Формирование знаний о физкультурной деятельности, отражающих ее культурно-исторические, психолого-педагогические и медико-биологические основы;
2. Совершенствование навыков в базовых двигательных действиях, их вариативного использования в игровой деятельности и самостоятельных учебных занятиях;
3. Формирование навыков и умений в выполнении физических упражнений различной педагогической направленности, связанных с профилактикой здоровья, коррекцией телосложения, правильной осанкой и культурой движения;

4. Расширение функциональных возможностей систем организма, повышение его адаптивных свойств за счет направленного развития основных физических качеств и способностей;
5. Формирование практических умений, необходимых в организации самостоятельных занятий физическими упражнениями в их оздоровительных и рекреативных формах, групповому взаимодействию, посредством подвижных игр и элементов соревнования.

Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке. Организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

2. Учебно-тематический план.

Предмет: Внеурочная деятельность спортивно-оздоровительного направления «Спортивные игры»

Класс 9

Количество часов по учебному плану: Всего 34 часа; в неделю 1 час.

№п.п.	Наименование разделов, блоков, тем	Кол-во часов
1	Основы знаний о спортивных играх	В процессе занятия
2	Баскетбол	18
3	Волейбол	16
4	Итого :	34

3. Планируемые результаты курса.

Личностные результаты освоения программы курса

формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

наличие мотивации к творческому труду, работе на результат; бережному отношению к материальным и духовным ценностям;

развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.

формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.

Метапредметные результаты освоения программы курса

изучения курса «Физическая культура» являются: обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий и способы их исправления; общение и взаимодействие со сверстниками; обеспечение защиты и сохранности природы во время спортивных мероприятий, турпоходов и др.; занятия физическими упражнениями с учетом требований безопасности.

Предметные результаты: Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся **должны знать:**

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепление здоровья;
- свои права и права других людей;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

должны уметь:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся **смогут получить знания:**

- значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми;

- названия разучиваемых технических приёмов игр и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований по спортивным играм;
- жесты судьи спортивных игр;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами спортивных игр;

могут научиться:

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях спортивными играми;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях спортивными играми;
- играть в спортивные игры с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты судьи спортивных игр;
- проводить судейство спортивных игр.

Основной показатель реализации программы «Спортивные игры»

- стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей выполнения программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической, интегральной и теоретической подготовки (по истечении учебного года), результаты участия в соревнованиях.

4. Информационно-тематическое обеспечение.

4. Гринлер К. и др. «Физическая подготовка футболистов», М: ПК,
5. Зимин А.М. «Первые шаги в баскетболе. Учебное пособие для учащихся и учителей» М.: «Просвещение».
6. Колос В.М. «Баскетбол: теория и практика» Минск
7. Матвеев А.П. «Оценка качества подготовки учеников основной школы по физической культуре М. «Дрофа» 2017 год.
8. Монаков Г.В. «Техническая подготовка футболистов, методика и планирование», М: ФиС, 2018.

9. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/Г.А.Колодиницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов.- М.: Просвещение,,: ил.- (Работаем по новым стандартам).
- 10.Волейбол: Примерная программа спортивной подготовки для В67 детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный) [Текст].- М.: Советский спорт. 2018.-112с.
- 11.Примерные программы по учебным предметам. П76 Физическая культура. 5-9 классы: проект.- 3-е изд.- М.: Просвещение, Стандарты второго поколения).
- 12.Справочник учителя физической культуры/авт.-сост. П.А. Киселев, С.Б. Кисилева.- Волгоград: Учитель, 2019.- 251с.

5.Календарно-тематическое планирование.

№ п.п.	Тема занятия.	Кол-во часов.	Дата проведения.
1	ИОТ № 25. Правила и организация игры баскетбол. Технические приёмы: техника передвижения, остановок, поворотов. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной от плеча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника. Развитие координационных способностей.		
2	Технические приёмы в баскетболе: техника передвижений, остановок поворотов (повороты без мяча и с мячом). Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной от плеча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.		
3	Перебежки без мяча в сочетании с остановками и поворотами. Ловля и передача мяча с отскоком от пола (в парах, тройках, квадрате, круге). Броски одной рукой с места и в движении после ведения и ловли без сопротивления защитника.		
4	Перебежки без мяча в сочетании с остановками и поворотами. Передача и ловля мяча при встречном движении. Броски одной рукой с места и в движении после ведения и ловли с пассивным противодействием. Учебная игра по упрощённым правилам баскетбола.		
5	Передвижение парами в нападении и защите лицом друг другу. Ловля и передача мяча в тройках с продвижением вперёд. Ведение мяча с изменением направления и скорости.		
6	Передвижение парами в нападении и защите лицом друг другу. Ловля и передача мяча в тройках с продвижением вперёд. Контроль техники ведение мяча с изменением направления (челночный бег с ведением).		
7	ИОТ № 25 Технические приёмы в баскетболе: Комбинации из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Ведение без сопротивления защитника ведущей и неведущей рукой. Тактика свободного нападения. Игра по упрощённым правилам баскетбола.		
8	Ведение с пассивным сопротивлением защитника. Комбинации из освоенных элементов техники перемещения и владения мячом. Тактика свободного нападения. Игра по упрощённым правилам баскетбола.		
9	Комбинации из освоенных элементов: ловля, передача, ведения, бросок. Выбивание и вырывание мяча. Позиционное нападение и		7

	личная защита в игровых взаимодействиях 2:2. Игра по упрощённым правилам баскетбола.		
10	ИОТ № 25. Технические приёмы в баскетболе: Сочетание изученных элементов техники перемещения и владения мячом. Тактические действия: взаимодействие двух игроков в нападении и в защите через «заслон», нападение быстрым прорывом (3:2).		
11	Техника владения мячом и развитие координационных способностей: комбинации из освоенных элементов (ловли, передачи, ведения, бросков). Держание игрока с мячом в защите, нападение быстрым прорывом (3:2).		
12	Сочетание изученных приёмов техники перемещения и владения мячом. Тактические действия : позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 5:5.		
13	Сочетание изученных приёмов техники перемещения и владения мячом. Техника защитных действий (опека нападающего с мячом, без мяча) Учебная игра по правилам баскетбола.		
14	Перемещение и владение мячом развитие координационных способностей. Техника защитных действий. Тактика свободного нападения. нападение быстрым прорывом (3:2). Учебная игра по правилам баскетбола.		
15	Техника владения мячом и развитие координационных способностей: комбинации из освоенных элементов (ловли, передачи, ведения, бросков).		
16	Техника владения мячом и развитие координационных способностей: комбинации из освоенных элементов (ловли, передачи, ведения, бросков). Учебная игра по правилам баскетбола.		
17	Техника владения мячом и развитие координационных способностей: комбинации из освоенных элементов (ловли, передачи, ведения, бросков). Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.		
18	Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей. Контрольная учебная игра по правилам мини- баскетбола.		

19	ИОТ№26 Технические приёмы в волейболе: перемещение лицом, боком, спиной вперёд. Передача мяча во встречных колоннах. Комплекс упражнений на развитие основных физических качеств.		
20	Технические приёмы в волейболе: перемещение лицом, боком, спиной вперёд. Передача мяча во встречных колоннах. Комплекс упражнений на развитие основных физических качеств.		
21	Передача мяча во встречных колоннах. Приём мяча в парах на расстоянии 6,9 и более метров без сетки		
22	Контроль техники передачи мяча сверху двумя руками над собой. Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков 3:2. Игры и игровые задания с элементами волейбола.		
23	ИОТ №26. Технические приёмы в волейболе: передвижение по площадке, Отбивание мяча кулаком через сетку. Верхняя прямая подача мяча в парах на расстоянии 5-7м. Игра по упрощённым правилам волейбола.		
24	Отбивание мяча кулаком через сетку. Верхняя прямая подача мяча в парах на расстоянии 5-7м. Приём мяча после подачи на месте. Игра по упрощённым правилам волейбола.		
25	Комбинации из освоенных элементов техники перемещения и владения мячом. Верхняя прямая подача мяча в парах на расстоянии 5-7м. Приём мяча после подачи после перемещения. Тактика свободного нападения		
26	ИОТ №26. Технические приёмы в волейболе: Сочетание изученных приёмов. Верхняя прямая подача в парах Прямой нападающий удар. Учебная игра по упрощённым правилам волейбола.		
27	Сочетание изученных приёмов. Верхняя прямая подача через сетку с расстояния 3- 6м. Техника прямого нападающего удара. Тактика свободного нападения. Учебная игра по упрощённым правилам волейбола.		
28	Комбинации из освоенных элементов техники перемещения и владения мячом развитие координационных способностей. Верхняя прямая подача через сетку с расстояния 3- 6м. Нападающий удар.		

29	Верхняя прямая подача. Нападающий удар. Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков 3:3 на укороченных площадках. Учебная игра по упрощённым правилам волейбола.		
30	Прямой нападающего удар. Позиционное нападение с изменением позиций (6:0). Учебная игра по упрощённым правилам волейбола.		
31	ИОТ№26 Комбинации из освоенных элементов (приём, передач, удар). Прямой нападающий удар. Тактика свободного нападения. Учебная игра по упрощённым правилам волейбола		
32	Комбинации из освоенных элементов техники перемещения и владения мячом. Нападающий удар. Подвижные игры с элементами подачи мяча и нападающего удара Позиционное нападение с изменением позиций. Учебная игра по упрощённым правилам волейбола.		
33	Оценка техники нападающего удара через сетку с подбрасыванием партнером. Учебная игра по упрощённым правилам волейбола		
34	Комбинации из освоенных элементов техники перемещения и владения мячом и развитие координационных способностей. Контрольная учебная игра по упрощённым правилам волейбола.		