

*Муниципальное общеобразовательное учреждение
Тазовская школа-интернат среднего общего образования*

Согласовано
Заместитель директора
по УВР Будданова А.С.
ФИО Будданова А.С.
« 21 » 06 2021 г.

«Утверждаю»
Директор МОУ ТШИ
Грешан А.А.
Грешан А.А.
Приказ № 165 от
« 25 » 06 2021 г.

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Спортивные игры»
Для 8а.в класса
Составитель: учитель физической культуры первой квалификационной категории
Салиндер Александр Георгиевич

2021-2022 уч.г.

Программа внеурочной деятельности по спортивно - оздоровительному направлению «Спортивные игры» в 8-х классах Данная рабочая программа внеурочной деятельности разработана по ФГОС, для учащихся 8 а, в класса МКОУ и направлена на реализацию спортивно-оздоровительного направления. Данная рабочая программа рассчитана на 70 учебных часа (занятия) из расчета 2 ч в неделю.

1. Пояснительная записка

Данная программа разработана для реализации в основной школе. Темы и разделы выбраны с учетом имеющейся материальной базы и местных климатических условий. Она предусматривает проведение теоретических занятий по каждому разделу, изучение и дальнейшее совершенствование специальных движений на практических занятиях. Программа общей физической подготовки составлена на основе материала, который дети изучают на уроках физической культуры в общеобразовательной школе, дополняя его с учетом интересов детей (в зависимости от возраста, пола, времен года и местных особенностей) к тем видам спорта, которые пользуются популярностью в повседневной жизни. Для занимающихся по программе предусматриваются теоретические, практические занятия, выполнение контрольных нормативов, участие в соревнованиях.

Цель- организации внеурочной деятельности нашей школы в соответствии с ФГОС - создание условий для достижения учащимися необходимого для жизни в обществе социального опыта и формирования принимаемой обществом системы ценностей, создание условий для многогранного развития и социализации каждого учащегося в свободное от учёбы время; создание воспитывающей среды, обеспечивающей активизацию социальных, интеллектуальных интересов учащихся, развитие здоровой, творчески растущей личности, с сформированной гражданской ответственностью и правовым самосознанием, подготовленной к жизнедеятельности в новых условиях, способной на социально значимую практическую деятельность добровольческих инициатив.

Система физического воспитания, объединяющая урочные, внеклассные и внешкольные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребёнка, его самоопределения. Внеурочная деятельность является частью всей учебно-воспитательной работы школы и занимает важное место в подготовке учащихся к жизни.

Внеурочная деятельность школы направлена на достижение воспитательных результатов: приобретение учащимися социального опыта;

формирование положительного отношения к базовым общественным ценностям;

приобретение школьниками опыта самостоятельного общественного действия.

Рабочая программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительной направленности «Волейбол», «Баскетбол», «Футбол» для учащихся 8 классов составлена в соответствии с новыми стандартами второго поколения и разработана с учетом введения 2 часа на основе:

Задачи:

- 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.

1.1. Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся 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 обучающихся:

- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключającego воздействие вредных 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 обучающимися 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 обучающихся, 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 обучающихся к собственному здоровью.

1.2. Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности

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;
- 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.

1.3. Способы проверки результатов

- зачеты по теоретическим основам знаний (ежегодно);

- диагностика уровня воспитанности (ежегодно)
- мониторинг личностного развития воспитанников (ежегодно);
- диагностирование уровня физического развития, функциональных возможностей детей (ежегодно);
- тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков (ежегодно);
- анкетирование;
- участие в соревнованиях;

2. Материально-техническое обеспечение

Оборудование спортзала:

1. Стенка гимнастическая.
2. Комплект навесного оборудования.
(перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты)
3. Мячи: баскетбольные, футбольные, волейбольные.
4. Палка гимнастическая.
5. Скакалка детская.
6. Мат гимнастический.
7. Кегли.
8. Обруч пластиковый детский.
9. Флажки: размоточные с опорой, стартовые.
10. Рулетка измерительная.
11. Щит баскетбольный тренировочный.
12. Сетка для переноса и хранения мячей.

13. Волейбольная сетка универсальная.
14. Сетка волейбольная.
15. Аптечка.

Пришкольный стадион (площадка):

1. Игровое поле для мини-футбола.
2. Площадка игровая баскетбольная.
3. Площадка игровая волейбольная.
4. Гимнастическая площадка.
5. Полоса препятствия.

Учебно-методическое обеспечение:

1. Рабочая программа курса.
2. Диагностический материал.
3. Разработки игр.

3. Тематическое планирование

Учебно-тематический план на учебный год

№ п/п	Спортивные игры	Количество часов		Практика
		Всего	Теория	

1	Баскетбол	26	В процессе занятий	26
2	Волейбол	24	В процессе занятий	24
3	Футбол	20	В процессе занятий	20
	ИТОГО	70		70

Тематическое планирование 8 класс

№ п/п	Наименование раздела программы	Тема занятия	Кол-во часов	Аудиторное/внеаудиторное занятие
	Баскетбол		18	
1		Физическая культура – важнейшее средство воспитания и укрепления здоровья учащихся. ОФП	1	Внеаудиторное
2		Развитие баскетбола в России. Остановка на два шага	1	Внеаудиторное
3		Техника передвижения приставными шагами. Остановка прыжком	1	Внеаудиторное
4		Передача в различных сочетаниях	1	Внеаудиторное
5		Тактика свободного нападения	1	Внеаудиторное
6		Техника передвижения при нападении	1	Внеаудиторное
7		Техника передвижения при нападении.	1	Внеаудиторное
8		СФП	1	Внеаудиторное

9		Способы ловли мяча в различной игровой ситуации	1	Внеаудиторное
10		Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча.	1	Внеаудиторное
11		ОФП	1	Внеаудиторное
12		Бросок мяча одной от плеча.	1	Внеаудиторное
13		Физическая подготовка юного спортсмена. СФП	1	Внеаудиторное
14		Взаимодействие трех игроков	1	Внеаудиторное
15		Техника ведения мяча с сопротивлением.	1	Внеаудиторное
16		Ведение мяча с переводом на другую руку.	1	Внеаудиторное
17		Гигиенические основы режима. СФП	1	Внеаудиторное
18		Взаимодействие трех игроков. Учебно-тренировочная игра	1	Внеаудиторное
	Волейбол		12	
19		Стойка волейболиста: выпад вправо, влево, шаг вперед, назад.	1	Внеаудиторное
20		Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.	1	Внеаудиторное
21		Перемещения двойным шагом вперед, назад. Игра по упрощенным правилам.	1	Внеаудиторное
22		Перемещения: подпрыгнуть, вернуться в стойку волейболиста и выполнить шаг или выпад: вперед, в сторону.	1	Внеаудиторное

23		Перемещения: скачок вперёд одним шагом в стойку. Игра по упрощенным правилам...	1	Внеаудиторное
24		Эстафеты с перемещениями различными способами, с выполнением различных заданий.	1	Внеаудиторное
25		Перемещения: по сигналу бег остановка в стойку и прыжок вверх толчком двух ног.	1	Внеаудиторное
26		Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).	1	Внеаудиторное
27		Имитация передачи мяча двумя руками сверху на месте и после перемещения.	1	Внеаудиторное
28		ОФП: прыжки в длину с разбега, метание мяча.	1	Внеаудиторное
29		Нижняя прямая подача. Имитирование передачи в парах.	1	Внеаудиторное
30		Верхняя прямая подача. Имитация подачи мяча.	1	Внеаудиторное
	Футбол		10	
31		Стойки и перемещения бегом лицом и спиной вперед, приставными и скрестными шагами. Игра.	1	Внеаудиторное
32		Упражнения для развития гибкости. Удары по катящемуся мячу различными способами. Игра.	1	Внеаудиторное
33		Упражнения для развития быстроты координационных способностей.	1	Внеаудиторное

34		Остановка мяча стопой. Учебная игра	1	Внеаудиторное
35		Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.	1	Внеаудиторное
36		Ведение мяча, отбор мяча. Игра	1	Внеаудиторное
37		Упражнения для развития координации движений.	1	Внеаудиторное
38		Комбинации из освоенных элементов	1	Внеаудиторное
39		Упражнения для развития гибкости. Удары по катящемуся мячу различными способами. Игра	1	Внеаудиторное
40		Стойки и перемещения бегом лицом и спиной вперед, приставными и скрестными шагами. Игра.	1	Внеаудиторное
	Баскетбол		9	
41		Техника передвижения приставными шагами.	1	Внеаудиторное
42		Техника передвижения при нападении.	1	Внеаудиторное
43		Способы ловли мяча в различной игровой ситуации.	1	Внеаудиторное
44		ОФП.	1	Внеаудиторное
45		Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча	1	Внеаудиторное
46		Бросок мяча одной от плеча	1	Внеаудиторное
47		Техника передвижения приставными шагами. Остановка прыжком.	1	Внеаудиторное
48		Способы ловли мяча в различной игровой ситуации..	1	Внеаудиторное

49		Бросок мяча одной от плеча..	1	Внеаудиторное
	Волейбол		6	
50		Стойка волейболиста: выпад вправо, влево, шаг вперед, назад..	1	Внеаудиторное
51		Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.	1	Внеаудиторное
52		Перемещения двойным шагом вперед, назад. Игра по упрощенным правилам..	1	Внеаудиторное
53		Перемещения: скачок вперед одним шагом в стойку. Игра по упрощенным правилам	1	Внеаудиторное
54		Эстафеты с перемещениями различными способами, с выполнением различных заданий	1	Внеаудиторное
55		Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении)	1	Внеаудиторное
	Баскетбол		9	
56		Техника передвижения приставными шагами Остановка прыжком	1	Внеаудиторное
57		Тактика свободного нападения нападения,	1	Внеаудиторное
58		Взаимодействие трех игроков «треугольник»	1	Внеаудиторное
59		Техника ведения мяча с сопротивлением	1	Внеаудиторное
60		Ведение мяча с переводом на другую руку	1	Внеаудиторное
61		Взаимодействие трех игроков. Учебно-тренировочная игра	1	Внеаудиторное

62		Гигиенические основы режима. СФП	1	Внеаудиторное
63		Техника ведения мяча с сопротивлением.	1	Внеаудиторное
64		Взаимодействие трех игроков. Учебно-тренировочная игра//	1	Внеаудиторное
	Волейбол		6	
65		Стойка волейболиста: выпад вправо, влево, шаг вперед, назад	1	Внеаудиторное
66		Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	1	Внеаудиторное
67		Перемещения двойным шагом вперед, назад. Игра по упрощенным правилам..	1	Внеаудиторное
68		Перемещения: скачок вперед одним шагом в стойку. Игра по упрощенным правилам	1	Внеаудиторное
69		Имитация передачи мяча двумя руками сверху на месте и после перемещения...	1	Внеаудиторное
70		ОФП: прыжки в длину с разбега, метание мяча..	1	Внеаудиторное

4. Список литературы

1. Комплексная программа физического воспитания уч-ся 1-11 классов», авторами - составителями которой являются доктор педагогических наук В.И. Лях и кандидат педагогических наук А.А.Зданевич; издательство «Просвещение», Москва – 2011г.