

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Поспелихинская средняя общеобразовательная школа №3»
Поспелихинского района Алтайского края**

ПРИНЯТО
Педагогический
Совет
Протокол №14
от 31.08.2023 г.

СОГЛАСОВАНО
Зам. Директора по ВР

И.А. Кононова

УТВЕРЖДАЮ
Директор МКОУ
«Поспелихинская СОШ №3»
Приказ № 391 от 31.08.2023г.

**Рабочая программа учебного курса внеурочной
деятельности**

«Спортивные игры»

(Спортивно-оздоровительное направление)

Срок освоения: 1 год (**7 класс**)

Составитель:

Кононов Сергей Геннадьевич,
учитель физической культуры

с. Поспелиха,
2023 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления составлена на основе:

1. «Закона об образовании в РФ» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ
2. «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года». Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р;
3. Основная образовательная программа основного общего образования муниципального казённого общеобразовательного учреждения «Поспелихинская средняя общеобразовательная школа №3»

Планируемые результаты освоения курса.

Ученик получит 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.

Ученик научится:

- 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;
- демонстрировать жесты судьи спортивных игр;

- проводить судейство спортивных игр.
- организовывать и проводить спортивные игры, соблюдать правила взаимодействия с игроками.

Ученик получит возможность научиться:

- выявлять связь занятий физической культурой с трудовой деятельностью;
- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.
- вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультурминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;
- целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;
- выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

Ученик получит возможность научиться:

1. сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
2. играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощённым правилам;
3. выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.

Содержание программы спортивно-оздоровительного направления

В классе продолжается обучение технико-тактическим действиям спортивных игр. В качестве базовых игр рекомендуются баскетбол, ручной мяч, волейбол или футбол. При наличии в школе, регионе определенных традиций и соответствующих условий вместо указанных спортивных игр в содержание программного материала можно включать любую другую спортивную игру (хоккей с мячом, с шайбой, на траве, бадминтон, теннис и др.).

Обучение сложной технике игры основывается на приобретенных в начальной школе простейших умениях обращения с мячом. По своему воздействию спортивная игра является наиболее комплексным и универсальным средством развития ребенка.

Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, подвижные игры и задания с мячом создают неограниченные возможности для развития прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакции и перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей. Одновременно материал по спортивным играм

оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов учащегося (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что обусловлено необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры, согласования индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников.

В 7 классе необходимо стремиться учить детей согласовывать индивидуальные и простые командные технико-тактические взаимодействия (с мячом и без мяча) в нападении и в защите, начиная с применения подобранных для этой цели подвижных игр (типа «Борьба за мяч», «Мяч капитану») и специальных, постепенно усложняющихся игровых упражнений (форм).

Игровые упражнения и формы занятий создают благоприятные условия для самостоятельного выполнения заданий с мячом, реализации на практике индивидуального и дифференцированного подходов к учащимся, имеющим существенные индивидуальные различия (способности). В этой связи особой заботой следует окружить детей со слабой игровой подготовкой, активно включая их в разнообразные виды игровой деятельности.

Материал игр является прекрасным средством и методом формирования потребностей, интересов и эмоций учеников. В этой связи обучение игровому материалу содействует самостоятельным занятиям спортивными играми.

Место предмета в учебном плане.

В учебном плане МКОУ «Поспелихинская СОШ №3» на изучение предмета по внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления для 7 класса отводится 34 часа в год, 1 час в неделю.

Тематическое планирование

№	Содержание программного материала	Кол-во часов	Дата проведения
	Мини-Футбол-5 ч.		
1	ИТБ на занятиях. История возникновения футбола. Остановка катящегося мяча.	1	
2	Ведение мяча.	1	
3	Удары по мячу.	1	
4	Вбрасывание и отбор мяча.	1	
5	Техника игры в футбол.	1	
6	Баскетбол -6ч. ИТБ на занятиях баскетболом. История возникновения баскетбола. Стойки и перемещения	1	

7	Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.	1	
8	Остановка двумя ногами и прыжком.	1	
9	Передачи мяча.	1	
10	Ловля мяча.	1	
11	Ведение мяча.	1	
12	Волейбол-6ч. ИТБ на занятиях волейболом. История возникновения волейбола	1	
13	Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.	1	
14	Закрепление техники передачи. Верхняя прямая подача.	1	
15	Верхняя прямая подача. Индивидуальные тактические действия в защите.	1	
16	Верхняя прямая подача.	1	
17	Индивидуальные тактические действия.	1	
18	Мини-футбол-5ч. Тактика игры в футбол.	1	
19	Правила игры в футбол	1	
20	Правила соревнований.	1	
21	Подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель», «Футбольный бильярд».	1	
22	Игра в футбол по упрощённым правилам (мини-футбол).	1	
23	Волейбол-6ч. Прием мяча.	1	
24	Прием подачи.	1	
25	Закрепление техники приема мяча с подачи.	1	
26	Подвижные игры.	1	

27	Эстафеты с мячом.	1	
28	Перемещение на площадке. Спортивная игра «Пионербол».	1	
29	Баскетбол-5ч. Броски в кольцо.	1	
30	Игра в защите.	1	
31	Игра в нападении.	1	
32	Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок.	1	
33	Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди».	1	
34	Игра. Участие в соревнованиях.	1	

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Место проведения:

Спортивная площадка;
Класс (для теоретических занятий);
Спортивный зал.

Инвентарь:

Волейбольные мячи;
Баскетбольные мячи;
Скакалки;
Малые мячи;
Сетка волейбольная;
Щиты с кольцами;
Секундомер;
Маты.

Методическое обеспечение образовательной программы

Формы занятий:

- групповые и индивидуальные формы занятий – теоретические, практические, комбинированные. Комбинированная форма используется чаще и включает теоретическую: беседу, инструктаж, просмотр иллюстраций – и практическую части: ОФП и игры;
- занятия оздоровительной направленности;
- праздники;
- эстафеты, домашние задания.

Методы и приёмы учебно-воспитательного процесса:

Эффективность реализации программы:

- информационно-познавательные (беседы, показ);
- творческие (развивающие игры);
- методы контроля и самоконтроля (самоанализ, тестирование, беседы).