

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №3»
муниципального образования – городской округ
город Скопин Рязанской области

Утверждаю
Директор школы
_____ Барабаш
Е.В.
Приказ № 1

от « 31» августа 203 г.

ВНЕУРОЧНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Предмет –	«Спортивные игры»
Класс –	9
Всего часов на изучение программы –	34 часа
Количество часов в неделю –	1

Фомкина Н.А.–
учитель физической культуры,
высшая квалификационная категория.

2023 – 2024 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» составлена на основе «Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича. 2014 г. и разработана на основе:

1. Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 12, ст.28)
2. Письма Министерства образования и науки РФ от 12.05.2011г. №03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении Федерального образовательного стандарта общего образования».
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».

Назначение программы: спортивно-оздоровительное.

Актуальность заключается в том, в процессе освоения данной программы учащиеся имеют возможность расширить свои теоретические знания и приобрести практические навыки в баскетболе, стрит-боле, волейболе. Программа «Спортивные игры» является продолжением курса «Физическая культура», раздела «Спортивные игры».

Возрастная группа учащихся: программа рассчитана на учащихся 9—х классов.

2023-2024 уч.год - 9 класс – 34 часа.

Продолжительность одного занятия в 9-ом классе - 45 минут.

Цели и задачи программы

Цель: совершенствование игрового навыка, формирование разносторонней физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья.

Задачи:

- повысить функциональные возможности организма;
- повысить уровень общей физической подготовленности;
- обучить основам техники и тактики спортивных игр;
- воспитать волю, смелость, настойчивость, дисциплинированность, коллективизм;
- привить организаторские навыки.

Планируемые результаты (личностные, метапредметные)

Личностными результатами освоения учащимися содержания рабочей программы «Спортивные игры» являются следующие умения:

- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего 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;
- уметь адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
- уметь противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;
- формировать умения позитивного коммуникативного общения с окружающими;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Содержание курса

Основные разделы программы		10 класс
1.	Основы знаний	В процессе занятий
2.	Спортивные игры	
	- баскетбол	17
	- волейбол	17
	Кол-во часов всего	34

Характеристика содержания курса по каждому разделу

Рабочая программа включает в себя два основных учебных раздела:

1. *Основы знаний*: включают ТБ на секции по Спортивным играм; основные правила соревнований, история развития каждой спортивной игры, жесты судьи.

2. *Спортивные игры*:

Баскетбол: стойки и перемещения баскетболиста. Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Остановка двумя руками и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение).

Остановки: «Прыжком», «В два шага».

Передачи мяча. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге). Ловля мяча.

Ведение мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой.

Броски в кольцо. Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника. Максимальное расстояние до корзины 3,60 метра.

Подвижные игры на базе баскетбола («школа мяча», «гонка мяча», «охотники и утки» и т.п.).

Волейбол: перемещения. Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и т.п.). Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, поворот, ускорение).

Передача. Передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи двумя руками сверху в парах. Передачи мяча над собой. Тоже через сетку. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола, игра по правилам в пионербол, игровые задания.

Нижняя прямая подача с середины площадки Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки.

Прием мяча. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Прием подачи. Подвижные игры и эстафеты. Подвижные игры, эстафеты.

Календарно – тематическое планирование

Класс: 9

Всего часов	34
Часов в неделю	1

№ п/п	Раздел. Тема урока	Форма занятия	Дата	Кол-во часов	Корр-ка
1 четверть					
Волейбол 4 часа					
1 (1)	ТБ на занятиях волейбола. История волейбола. Учебная игра	занятие		1	
2 (2)	Стойки и перемещения. Основные правила. Учебная игра	занятие		1	
3 (3)	Передача мяча сверху. Учебная игра	занятие		1	
4(4)	Передача мяча сверху в парах через сетку. Учебная игра	занятие		1	
Баскетбол 4 часа					
5 (1)	ТБ на занятиях баскетболом. Основные правила игры. Учебная игра	занятие		1	
6 (2)	Техника передвижений, ведения, передач, бросков. Учебная игра	занятие		1	
7 (3)	Тактика нападения. Учебная игра	занятие		1	
8(4)	Ведение, передача, бросок	занятие		1	
2 четверть баскетбол 4 часа					
9(5)	Развитие двигательных качеств. Учебная игра	занятие		1	
10(6)	Штрафной бросок. Заслоны. Учебная игра	занятие		1	
11 (7)	Индивидуальные действия при нападении с мячом и без мяча. Учебная игра	занятие		1	

12 (8)	Взаимодействие двух игроков - «заслон в движении». Учебная игра	занятие		1	
Волейбол 4 часа					
13 (5)	ТБ на занятиях волейболом. Стойки и перемещения. Передачи мяча. учебная игра	занятие		1	
14(6)	Применение верхней, нижней, боковой подачи в игре. Двусторонняя игра	занятие		1	
15(7)	Прямой нападающий удар. Учебная игра	занятие		1	
16(8)	Прямой нападающий удар через 3 зону. Учебная игра	занятие			
<i>3 четверть</i> волейбол 5 ч					
17 (9)	Нападающий удар с переводом вправо (влево). Учебная игра	занятие		1	
18 (10)	Приемы мяча сверху, снизу. Двусторонняя игра	занятие		1	
19 (11)	Одиночное блокирование. Учебная игра	занятие		1	
20 (12)	Групповое блокирование (вдвоем, втроем). Учебная игра	занятие		1	
21 (13)	Страховка при блокировании. Учебная игра	занятие		1	
22 (9)	Индивидуальные тактические действия в нападении, защите	занятие		1	
23 (10)	Зонная защита. Учебная игра	занятие		1	
24 (11)	Командные тактические действия в нападении, защите. Персональная защита.	занятие		1	
25 (12)	Двусторонняя игра	занятие		1	
26 (13)	Индивидуальные действия при нападении с мячом и без мяча	занятие		1	
27 (14)	Подбор в защите. Перехват передачи. Учебная игра	занятие		1	

28 (15)	Развитие скоростных способностей. Координация движений	занятие		1	
29 (16)	Специальная физическая подготовка. Учебная игра	занятие		1	
30 (17)	Учебная игра	занятие		1	
Волейбол 4 часа					
31 (14)	Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владение мячом. Учебная игра	занятие		1	
32(15)	ОРУ. Совершенствование защитных действий.	занятие		1	
33(16)	ОРУ. ОФП. Силовые упражнения с собственным весом.	занятие		1	
34 (17)	Учебная игра по правилам волейбола.	занятие		1	