

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С.МАРИ-МАЛМЫЖ
МАЛМЫЖСКОГО РАЙОНА КИРОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

Утверждаю.

Директор МКОУ ООШ
с. Мари-Малмыж Малмыжского района
Кировской области

_____ А.В. Девятова

Приказ № 22 от 23.08.23

**Рабочая программа
по внеурочной деятельности
спортивно-оздоровительного направления
«Мир спортивных игр»
8-9 класс**

Составитель:

учитель физической культуры
МКОУ ООШ с. Мари-Малмыж
Малмыжского района
Кировской области

Заболотских Надежда Николаевна

с. Мари-Малмыж
2023 год

Введение

Рабочая программа по курсу «Мир спортивных игр» в рамках внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению разработана на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования и в соответствии с требованиями ФГОС основного общего образования.

Программа разработана для 8-9 класса, 34 ч. в год, 1 час в неделю, срок реализации 2023 – 2024 учебный год.

1. Результаты освоения курса

В результате изучения данной программы обучающиеся получат возможность формирования:

Личностных результатов:

- готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки учеников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества;
- умение определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

Метапредметных результатов:

Регулятивных УУД.

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- проговаривать последовательность действий;
- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии;
- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- заботиться о своем здоровье.

Коммуникативных УУД.

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль, слушать и понимать речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);

- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять.

Познавательных УУД.

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды;
- средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Оздоровительные результаты:

- 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.

2. Содержание программы

№	Название раздела	Основы физической культуры и здорового образа жизни	Способы двигательной (физкультурной) деятельности. Спортивно-оздоровительная деятельность	Виды деятельности	Формы деятельности	Оборудование, оснащённость
---	------------------	---	---	-------------------	--------------------	----------------------------

1	Баскетбол	<ul style="list-style-type: none"> - История возникновения игры. - Правила игры. - Первые спортивные клубы в России. - Физическое самовоспитание. - Влияние физических упражнений на основные системы организма - Судейство игры. - Организация и проведения соревнований. - Инструктаж по ТБ на занятиях баскетболом. 	<ul style="list-style-type: none"> - ОФП - СФП - Перемещения, остановки, повороты. - Бег с изменением скорости, направления. - Ловля и передача мяча двумя руками от плеча в парах, в тройках, на месте и в движении. - Броски мяча в корзину одной рукой от плеча с близкого расстояния после остановки и после ведения. - То же со средней дистанции. - Ведение мяча с изменением направления после ловли в движении и ведение мяча с ускорением. - Сочетание изученных приёмов и применение их в игре 1х2, 2х2, 2х3, 3х3. - Индивидуальные действия в нападении и защите, выбивание и вырывание мяча, держание игрока без мяча и с мячом. - Сочетание изученных приёмов и применение их в игре. 	Игровая, соревновательная	Секция	Баскетбольные мячи, гимнастические скамейки, скакалки, свисток.
---	-----------	--	--	---------------------------	--------	---

2	Волейбол	<p>- История возникновения игры.</p> <p>- Правила игры в волейбол.</p> <p>-Судейство игры.</p> <p>-Наши соотечественники — олимпийские чемпионы.</p> <p>-Правильная и неправильная осанка.</p> <p>- Организация и проведение соревнований.</p> <p>- Инструктаж по ТБ на занятиях волейболом.</p>	<p>- ОФП</p> <p>- СФП</p> <p>- Обучение техники нападения:</p> <p>а) Стойки, перемещения;</p> <p>б) Передача мяча сверху двумя руками стоя лицом, спиной в направлении передачи; в) Подача мяча: нижняя прямая, верхняя прямая;</p> <p>г) Нападающий удар. Подводящие и подготовительные упражнения.</p> <p>- Техника защиты:</p> <p>а) Стойки, перемещения;</p> <p>б) Приём мяча снизу;</p> <p>в) Блокирование.</p> <p>Игровые упражнения с включением основных приёмов игры в нападении и защите. Учебная игра.</p>	Игровая, соревновательная	Секция	Теннисные мячи, подвесной мяч, гимнастические скамейки, скакалки, волейбольные мячи, набивные мячи, волейбольная сетка, свисток.
---	----------	--	---	---------------------------	--------	--

3	Футбол, мини-футбол	<ul style="list-style-type: none"> - История возникновения игры. - Первые спортивные клубы в России. - Краткий обзор развития футбола в России, за рубежом. - Влияние физических упражнений на основные системы организма. - Правила игры в мини-футбол, футбол. - Судейство игры. - Организация и проведение соревнований. - Инструктаж по ТБ на занятиях футболом. 	<ul style="list-style-type: none"> - ОФП - СФП - Обучение технике нападения. - Обучение технике ведения, ударов, финтов. - Обучение технике защиты. <p>Подводящие и подготовительные упражнения. Учебная игра.</p>	Игровая, соревновательная	Секция	Футбольные мячи, свисток.
---	---------------------	--	---	---------------------------	--------	---------------------------

3. Тематическое планирование с указанием количества часов

№ п/п	Основные виды деятельности	Ключевые воспитательные задачи	Количество часов
1	Основы физической культуры и здорового образа жизни	- установить доверительные отношения, способствующие позитивному восприятию	Изучается в ходе занятия
2	Физкультурно-оздоровительная деятельность		Изучается в ходе занятия

3	Спортивно-оздоровительная деятельность:	<p>обучающимися требований и просьб педагогического работника, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности;</p> <p>- побуждать обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;</p> <p>-включать в урок игровые процедуры, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживать позитивные межличностные отношения в классе, помогают установить доброжелательную атмосферу во время урока.</p>	
	- баскетбол		11
	- волейбол		12
	- футбол, мини-футбол		11
4	Всего		34

4. Календарно-тематический план

№ п/п	Дата (месяц)	Наименование раздела	Тема занятия	Содержание спортивно-оздоровительной деятельности
-------	--------------	----------------------	--------------	---

1/ 1	09	Баскетбол (11 часов)	Вводный инструктаж по т.б. Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Броски мяча в кольцо.	Вводный инструктаж по т.б. Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Первые спортивные клубы в России. Физическое самовоспитание. Влияние физических упражнений на основные системы организма. История возникновения игры. Броски мяча в корзину с трех секундной зоны. Броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции. Броски мяча в корзину с двух шагов правой и левой рукой. Броски мяча в корзину с остановкой на две ноги и обманными движениями. Броски мяча в корзину после передач. Броски мяча в корзину со средней дистанции. Штрафной бросок. Броски мяча в корзину с дальней дистанции. Учебная игра.
2/ 2	09		Обучение и совершенствование навыков бросков мяча.	Судейство игры. Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли, в прыжке) с пассивным противодействием. Максимальное расстояние до корзины — 4,80 м.
3/ 3	09		Ведение мяча	Ведение баскетбольного мяча и стойка баскетболиста. Ведение мяча со сменой ритма движения. Ведение мяча с изменением направления движения.
4/ 4	09		Перехват мяча. Передачи мяча.	Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении. Передачи баскетбольного и набивного мяча на месте. Передача мяча в движении приставным шагом. Передача мяча в движении приставным шагом с сопротивлением.
5/ 5	09		Тактика игры в баскетбол.	Тактика свободного нападения. Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». Позиционное нападение
6/ 10	10		Тактика	(5:0) с изменением позиций. Быстрый

6			игры в баскетбол.	прорыв (2:1).
7/7	10		Индивидуальные тактические действия в нападении, защите.	Индивидуальные действия в нападении со сменой ритма движения. Индивидуальные действия в нападении. Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину. Индивидуальные действия в нападении с постановкой заслонов. Индивидуальные действия в нападении в игре.
8/8	10		Командные тактические действия в нападении и защите	Командные действия в нападении и защите. Командные действия в защите в игре. Зонная защита.
9/9	10		Совершенствование техники владения мячом.	Ведение мяча. Передачи мяча. Броски мяча в корзину с трех секундной зоны, со средней и дальней дистанции, с двух шагов провой и левой рукой, с остановкой на две ноги и обманными движениями, после передач, со средней дистанции. Штрафной бросок. Учебная игра.
10/10	11		Совершенствование техники владения мячом.	
11/11	11		Товарищеские игры.	Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Игра по правилам мини-баскетбола. Дальнейшее обучение технике движений.
12/1	11	Волейбол (12 часов)	Техника безопасности на занятиях волейболом. Техника нападения. Действия без мяча. Перемещение и стойки.	Инструктаж по ТБ на занятиях волейболом. Правильная и неправильная осанка. Судейство игры. Правила игры. Организация и проведение соревнований по волейболу. Стойки с перемещениями и исходными положениями, техника передачи мяча снизу – сверху в парах.

13 /2	12	<p>Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Встречная передача.</p>	<p>Наши соотечественники — олимпийские чемпионы. Верхняя и нижняя передача мяча в парах, эстафета с элементами волейбола (верхней и нижней передачами мяча).</p>
14 /3	12	<p>Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Встречная передача.</p>	
15 /4	12	<p>Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.</p>	<p>Нижняя прямая подача, передача мяча в зонах 6.3,4 и 6.3,2. Учебная игра по упрощенным правилам.</p>
16 /5	12	<p>Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.</p>	
17 /6	12	<p>Нападающий удар</p>	<p>Нападающий удар с подбрасывания самому себе, с подбрасывания партнером, в стену, через сетку.</p>
18 /7	01	<p>Нападающий удар</p>	

19 /8	01		Нападающ ий удар	
20 /9	01		Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирова ние.	Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи мяча. Учебная игра с заданием.
21 / 10	02		Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирова ние.	
22 / 11	02		Командны е действия. Прием подач. Расположе ние игроков при приеме.	Передача мяча сверху и снизу в сочетании с перемещениями, прием мяча снизу, техника прямой нижней подачи.
23 / 12	02		Контрольн ые игры и соревнова ния.	Групповые упражнения в передаче, эстафеты с элементами волейбола. Учебная игра по упрощенным правилам.
24 /1	03	Футбол, мини- футбол (11 часов)	Краткая характерис тика игровых	Инструктаж по технике безопасности. Первые спортивные клубы в дореволюционной России. Наши соотечественники — олимпийские

		видов спорта. Техника безопасности на занятиях внеурочной деятельности и по футболу.	чемпионы. Физическое самовоспитание. Влияние физических упражнений на основные системы организма. Краткий обзор развития футбола в России, за рубежом. Правила игры. Судейство игры.
25 /2	03	Ведение мяча. Передача мяча.	Бег с мячом по прямой. Ведение мяча с быстрым изменением движения. Передача мяча в движении.
26 /3	03	Ведение мяча.	Обманные движения на скорости. Ведение мяча с уходом от преследования. Ведение мяча внутренней и внешней стороной стопы.
27 /4	04	Обыгрыш. Обводка.	Обыгрыш один на один. Обыгрыш быстро сближающегося защитника. Обводка защитников в изменяющейся обстановке.
28 /5	04	Отработка коротких передач.	Отработка коротких передач внутренней и внешней сторонами стопы. Отработка различных коротких передач в движении. Отработка ответного паса в движении. Отработка коротких передач, двигаясь спиной вперёд
29 /6	04	Техника безопасности на занятиях по футболу. Передвижение с мячом. Остановка мяча.	Короткая передача с лёта. Короткие передачи в движении. Ритмичная смена ног при выполнении передачи. Отработка остановки мяча и своевременности короткого паса. Быстрый пас и остановка мяча. Короткий пас в движении. Обработка мяча и точность передачи. Отработка удара после розыгрыша

			стенки. Отработка удара с близкого расстояния с лёта или полулёта.
30 /7	04	Удар по движущемуся мячу.	Удар подъёмом. Удар в ворота по движущемуся мячу. Отработка ударов с обеих ног. Отработка ударов с острого угла. Ведение мяча с ударом.
31 /8	05	Игра головой	Удар в ворота после обводки. Отработка удара головой в падении. Удар головой на силу и точность. Удар головой в прыжке. Игра головой в обороне.
32 /9	05	Игра головой.	Игра головой с партнёром. Индивидуальная игра головой. Контроль мяча при игре головой. Игра головой в прыжке с разбега. Удар по воротам после передачи с фланга. Удар по воротам головой после фланговой передачи. Передача мяча в движении назад удар партнёру. Поперечные передачи и завершение атаки в движении.
33 / 10	05	Финты. Игра вратаря.	Финт «ложный замах на удар». Финт «ложная остановка». Финт «пробрось мяч». Финт «уход с мячом». Финт «выпад в сторону». Финт «оставь мяч партнеру». Финт «переступание через мяч». Игра вратаря: Ловля мяча во время перехвата передачи с фланга. Отбивание мяча кулаком во время верховой фланговой передачи. Подбор катящегося мяча. Ловля мяча после сильного удара на уровне груди. Введение катящегося мяча в игру. Различные ситуации при отражении удара и бросок мяча.
34	05	Эстафеты	Групповые упражнения. Соревнования.

/ 11			и соревнова ния.	
---------	--	--	------------------------	--

5. Материально-техническое обеспечение.

- Дидактические материалы по основным разделам.
- Мультимедийный компьютер.
- Скамейка гимнастическая жесткая.
- Мячи: футбольный, баскетбольный, волейбольный, теннисный, малый мяч (мягкий), набивной.
- Скакалки гимнастические.
- Стойки волейбольные универсальные.
- Кубики.
- Секундомер.

Список литературы:

1. «Твой олимпийский учебник» <http://chifk.ru/showolimp-uchebn-oap/2542/>
2. «Индивидуальные упражнения баскетболиста», Е.Р. Яхонтов; <https://spbib.ru/catalog/-/books/3414134-individual-nye-upraznenia-basketbolistaht>
3. Концепция развития футбола <https://sev.gov.ru/files/documents/docs/>
4. «Новогодние спортивные праздники», 2003 г.;
5. «Круговая тренировка», И.А. Гуревич;
6. Правила различных спортивных игр <http://sportrules.boom.ru/>
7. Российский журнал «Физическая культура» <http://lib.sportedu.ru/press/flevot/2005N6/Index.htm>
8. Федерация волейбола <http://www.volley.ru>
9. Олимпийские игры <http://doshkolnik.ru/sport-trenirovki/15139-olimpiyskie-igry-sportivnyiy-prazdnik-dlya-deteiy-i-roditeley.html>
10. Видеоуроки для учителей <https://videouroki.net/razrabotki/analiz-deyatelnosti-uchitelya-fizicheskoy-kultury.html>

11. Российская Спортивная Энциклопедия
<http://www.libsport.ru/>
12. Научно-теоретический журнал "Теория и практика физической культуры"
<http://www.teoriya.ru/journals/>.
13. Энциклопедия по видам спорта <http://www.infosport.ru/sp/>