

**Департамент по образованию администрации Волгограда
Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 43 Дзержинского района Волгограда»**

Принята на заседании
Педагогического совета
Протокол № 1 от 31.08.2024 г.

Утверждаю
Директор МОУ СШ №43
_____ А.Г. Стрепетов
Приказ № 123 от 31.08.2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Спортивные игры»
возраст обучающихся: 13 -16 лет
срок реализации: 1 год**

Волгоград, 2024

Пояснительная записка

Программа кружковой деятельности по спортивно - оздоровительному направлению «Спортивные игры» для обучающихся 13-16 лет рассчитана на 34 часа в год (1 раз в неделю) и подготовлена в соответствии с требованиями ФГОС .

Принимая в расчёт динамику состояния здоровья обучающихся в школе, на заседании методического объединения принято решение по проектированию комплексной программы кружковой деятельности по спортивно-оздоровительному направлению для обучающихся 7-9 классов.

Программа «Спортивные игры» призвана сформировать у обучающихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, в творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В программе представлены доступные для обучающихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики спортивных игр, развитию физических способностей.

Курс введён в часть учебного плана, формируемого участниками образовательного процесса в рамках спортивно-оздоровительного направления. В процессе изучения данной программы учащиеся имеют возможность расширить свои знания и приобрести практические навыки по спортивным играм (баскетбол, стрит-бол, волейбол, мини-футбол) и состязаниям.

Программа спортивные игры является продолжением курса «Физическая культура» раздела: спортивные игры и состязания.

Направленность программы «Спортивные игры» -развивающая, ориентирована на создание у школьников представления о данных спортивных направленных на развитие физических качеств и укрепления здоровья.

Актуальность программы - в повышении интереса учащихся к занятиям физической культуры и спорту и ведению здорового образа жизни.

Целесообразность программы - в овладении физической, технической и тактической подготовками спортивных и национальных игр занимающимися для успешного участия в школьных, районных, республиканских и всероссийских соревнованиях и использование этих игр в внеурочное время.

Цели и задачи.

Цель-укрепление и развитие здоровья детей и привитие у детей потребности к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

В процессе работы по изучению спортивных и национальных игр решаются следующие задачи: -привитие учащихся к национальной культуре через национальные игры и состязание;

- воспитание у школьников потребности в систематическом занятии физической культурой и спортом, привитие основ здорового образа жизни;
- развитие духовных и физических качеств личности;
- освоение знаний: по содержанию и направленности физических упражнений на укрепление своего здоровья;
- формирование умений: правильное выполнение приемов данных спортивных игр, владение индивидуальными и групповыми действиями, знания правил соревнований;
- коррекция двигательных нарушений здоровья (осанки, плоскостопия и т.д.)

Методы обучения.

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям спортивных игр и более успешного решения образовательных, воспитательных задач на занятиях рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Практические методы:

Метод упражнений (многократное повторение упражнений). Метод соревновательный (применяется после образования необходимых навыков).
Формы обучения: индивидуальный, групповой, фронтальный, поточный.

Срок реализации программы-1 год. Режим занятий- 1 раз в неделю.

1. Планируемые результаты освоения обучающимися программы кружковой 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 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, 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.

Виды УУД, формируемые на занятиях кружковой деятельности:

Оздоровительные результаты программы кружковой 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 кружковой деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

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

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.

2. В ходе реализации программы кружковой 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;
- 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.

2.1. В ходе реализации программы кружковой деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся смогут получить знания:

- значение спортивных игр 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;
 - 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;
- 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 каждого года), результаты участия в соревнованиях.

2.2. Способы проверки результатов

1. зачеты по теоретическим основам знаний (ежегодно);
2. тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков (ежегодно);
3. анкетирование;
4. участие в соревнованиях;
5. сохранность контингента;
6. анализ уровня заболеваемости воспитанников.

Материально-техническое обеспечение Оборудование спортзала:

1. Перекладина гимнастическая (пристеночная).
2. Стенка гимнастическая.
3. Мячи: баскетбольные, футбольные, волейбольные.
4. Палка гимнастическая.
5. Скакалка детская.
6. Мат гимнастический.
7. Кегли
8. Планка для прыжков в высоту.
9. Стойка для прыжков в высоту.
10. Рулетка измерительная.
11. Щит баскетбольный тренировочный.
12. Сетка для переноса и хранения мячей.
13. Волейбольная сетка универсальная.
14. Сетка волейбольная.
15. Мяч малый (теннисный).

Пришкольный стадион (площадка), игровое поле для мини-футбола.

Мультимедийное оборудование:

1. Компьютер.
2. Мультимедийный компьютер.

Учебно-методическое обеспечение:

1. Рабочая программа курса.
2. Разработки игр.

Рабочая программа кружка «Спортивные игры»

Наименование раздела	Тема занятий	Тип занятия	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки	Вид контроля	Д/з	Дата проведения № п/п занятия
Ловля-передача-ведение	Тех. безоп. в спортивных играх. Элементы игры в баскетбол.	Вводные (комб.)	<u>Упраж. ОФП</u> и тех. безоп.: инстр. 05-10-40-75 Передвижения. Правила занятий баскетболом. Ловля, передачи мяча, ведение; в их сочетании.	Знать требования по тех. безоп. Уметь вести, передавать мяч.	Собеседование	Упраж. ОФП	
	Остановки, повороты.	Комбинированные	<u>Упраж. ОФП.</u> В движении ловля-передача мяча – остановки, повороты. Основные правила игры.	Уметь выполнять элементы игры в движении. Знать правила игры.	Опрос основных правил выполнения	Упраж. ОФП	
	Броски мяча в кольцо	Комбинированные	<u>Упраж. ОФП.</u> Разминка баскетболиста. Передача в движении. Ведение левой, правой рукой. Остановки в	Знать спец. упраж. баскетбола. Уметь выполнять броски.	Индивидуальный просмотр	Упраж. ОФП	

			два шага. Броски с места, в движении.				
		Комбинированные	<u>Разминка</u> <u>баскетболист</u> а. Броски мяча с места, в движении, в прыжке. Двухсторонние игры.	Уметь выполнять броски мяча в кольцо.	Из 5 бр. =3,2, 1	Спец. упраж. баскетбола	
Приемы овладения мячом	Вырывание, выбивание мяча.	Комбинированные	<u>Индивидуальная</u> <u>разминка.</u> Вырывание мяча, выбивание в двойках. Двухсторонние игры с применением приемов.	Броски из 5, попадания: 4-3-2.	Просмотр	Спец. упраж. баскетбола	
	Перехват, накрывание.	Комбинированные	<u>Индивидуальная</u> <u>разминка.</u> Штрафной бросок. Вырывание, выбивание мяча. Подбор мяча. Двухсторонние игры. Перехват, накрывание мяча.	Уметь выполнять приемы техники защиты.	Собесеждение	Спец. упраж. баскетбола	
Тактические действия в нападении	Взаимодействие игроков.	Комбинированные	<u>Индивидуальная</u> <u>разминка.</u> Задания в тройках.	Уметь применять индивидуальные действия.	Опрос	Прыжковые упражнения.	

нии.			Броски мяча. Взаимодействие игроков в нападении. Тренировочные игры.				
Тактические действия в защите.	Прессинг, зонная защита.	Комбинированные	<u>Индивидуальная разминка.</u> Броски в движении. Перехват мяча, накрывание. Двухсторонние игры: тактика защиты – прессинг, зонная защита.	Знать и уметь прессинговать	Беседа	Прыжковые упражнения.	
		Комбинированные	Индивидуальные действия в защите и нападении. Соревнования по баскетболу внутри школы (групп), первенство района.	Знать основные приемы и правила игры.	Учет индивидуальных результатов действий	Силовые упражнения.	
	Взаимодействие игроков.	Комбинированные	<u>Упраж. ОФП.</u> Индивидуальные действия игрока с мячом – передача, ведение, бросок; без	Собеседование-беседа.		Силовые упражнения.	

			мяча – на свободное место, к партнеру с мячом, к партнеру без мяча.				
Тактика игры	Тактика нападения	Комбинированные	<u>Разминка.</u> Индивидуальные действия игроков. Двухсторонние игры.	Индивидуальные замечания и объяснения.		Упражнения разминки	
	Тактика защиты	Комбинированные	<u>Разминка.</u> Защита против игрока с мячом – встать между подопечным и охраняемой корзиной, смотреть на ноги своего подопечного, руки вверх; без мяча – между игроком и кольцом, после каждого броска блокировка подопечного.	Объяснения действий игрока.		Упражнения разминки	
	Броски мяча	Комбинированные	Броски мяча с места, в движении, в прыжке. Взаимодействие игроков	Итоги игр и результаты участия в соревнованиях.		Прыжковые упражнения.	

			в защите. Двух- сторонние игры (первенство школы: параллельны е классы)				
Приемы овладения мячом	Вырывание, выбивание мяча	Комбинир ованные	<u>Индивидуаль ная разминка.</u> Вырывание, выбивание мяча, перехват, накрывание – инди- видуальные действия в трени- ровочных играх.	Знать технику приемов овла- дения мячом.		Бего вые зада ния	
	Перехват мяча, накрыва- ние	Комбинир ованные	<u>Индивидуаль ная разминка.</u> Перехват, накрывание мяча. Двухсторонн ие игры (2x2), (3x3).	Уметь само- стоятельно применять приемы игры.		Бего вые зада ния	
Техни ка игры	Броски мяча	Учетные	<u>Индивидуаль ная разминка.</u> Зачетные броски мяча в кольцо. Тренировочн ые игры – правила.	Броски с раз- личных точек: количество по-паданий.	Учет	Крос сы	
	Индивидуал ьные действия.	Учетный. Итоговый	Броски мяча, штрафные броски.	Количество попаданий из 10, из 30.	Учет	Крос сы	

	Броски мяча		Двухсторонние игры – судейство.	Штрафные броски из 5, из 10. Уметь судить игры.			
--	-------------	--	---------------------------------	---	--	--	--

Библиографический список:

1. Челтыгмашев А.И., Кидиеков Г.Н. Хакасские народные игры и состязания-Абакан: Хакасское кн.изд-во,1996. -64с.
2. Гомельский АЯ. Тактика баскетбола: Учебное пособие. - М.. Физкультура и спорт, 1996-175с.
3. Грасис А.М. Специальные упражнения баскетболиста. - М.: Физкультура и спорт
4. Бымова Л.В., Короткой И.М. Подвижные игры: Учебное пособие для институтов физической культуры -М.: Физкультура и спорт, 1982. -224с.
5. Ю.Д.Железняк, Л.Н.Слупский. Волейбол в школе; Просвет; 1989-127с.
6. Китин Л.С. Индивидуальные упражнения по баскетболу. - М.: Высшая школа, 1992.-108с.
7. М.Кук Сто одно упражнение для юных футболистов -М; АСТ; 2003-128с
8. Нелидов В.И. Методика обучения технике игры в мини-футбол. -М: Физкультура и спорт.-1991. -84с.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 324087357327968961775297076797709129534246061654

Владелец Стрепетов Алексей Геннадиевич

Действителен с 01.10.2024 по 01.10.2025