

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Кара-Хольская средняя общеобразовательная школа имени
Кужугета Серээевича Шойгу села Кара-Холь муниципального района
«Бай-Тайгинский кожуун Республики Тыва»

РАССМОТРЕНА

Педагог дополнительного
образования

 Кужугет Ч.И.

СОГЛАСОВАНА

Заместитель директора
по ВР

 Салчак А.А.

УТВЕРЖДЕНА

Директор МБОУ Кара-
Хольской СОШ

 Монгуш А.С.

№ 18 от 02.09.2024 г.



**Рабочая программа внеурочной деятельности
«Спортивные игры»**

физкультурно-спортивной направленности
/базовый уровень/

Срок освоения: 1 год

Возраст обучающихся: 14-15 лет

Количество часов: 34ч

Разработал: Чумбурел С.С.

с. Кара-Холь 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с учащимися 8 класса общеобразовательной школы базового уровня, проявляющими интерес к физической культуре и спорту.

В 8 классе на изучение курса отводится 34 часа из расчёта 1 час в неделю.

При создании программы внеурочной деятельности «Спортивные игры» учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации.

Основная *цель* внеурочных форм занятий состоит в том, чтобы на основе интересов и склонностей, учащихся углубить знания, расширить и закрепить арсенал двигательных умений и навыков в конкретных видах спорта, достигнуть более высокого уровня развития двигательных способностей, нравственных качеств, приобщить учащихся к регулярным тренировкам.

Задачами изучения являются:

- формирование здорового жизненного стиля и реализация индивидуальных способностей каждого ученика;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций;
- расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта;
- активизировать двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни;
- воспитывать моральные и волевые качества обучающихся;
- способствовать формированию навыков самоорганизации.

Планируемые результаты освоения курса «спортивные игры»

Данная программа позволяет добиваться следующих результатов освоения образовательной программы основного общего образования:

Личностные: активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания,

проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.

Метапредметные: овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств осуществления; обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; управление эмоциями.

Предметные: выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности; организация и проведение со сверстниками подвижных игр и элементов соревнований, осуществление объективного судейства.

Планируемые результаты обучения

Обучающиеся научатся:

Активно играть, самостоятельно находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели.

Знать:

- о способах и особенностях движения и передвижений человека;
- о системе дыхания; работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
- об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушения осанки;
- о причинах травматизма и правилах его предупреждения.

Уметь:

- составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки;
- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;
- уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий.

Обучающийся получит возможность:

- потребность в систематических занятиях спортом, регулярном участии в спортивных соревнованиях, стремление показывать, как можно более высокие результаты на соревнованиях;
- умение использовать полученные знания для успешного выступления на соревнованиях;
- спортивный образ жизни, предусматривающий активные занятия спортом и регулярное участие в спортивных соревнованиях.

Содержание курса внеурочной деятельности

Раздел 1. Баскетбол

Форма организации внеурочной деятельности: индивидуальная работа, фронтальная работа, групповая форма работы.

Вид внеурочной деятельности: спортивно-оздоровительная, игровая.

Виды деятельности обучающихся: соревнования, игры.

Раздел 2. Волейбол

Форма организации внеурочной деятельности: индивидуальная работа, фронтальная работа, групповая форма работы.

Вид внеурочной деятельности: спортивно-оздоровительная, игровая.

Виды деятельности обучающихся: соревнования, игры.

Раздел 3. Футбол

Форма организации внеурочной деятельности: индивидуальная работа, фронтальная работа, групповая форма работы.

Вид внеурочной деятельности: спортивно-оздоровительная, игровая.

Виды деятельности обучающихся: соревнования, игры.

Тематическое планирование.

Учебно-тематический план на учебный год в 8 классах

№ п/п	Спортивные игры	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Раздел 1. Баскетбол	14	2	12
2	Раздел 1. Волейбол	14	2	12
3	Раздел 1. Футбол	6	1	5
	ИТОГО	34	5	29

Календарно-тематическое планирование 8 класс

№	Тема	Технические действия:	Кол-во часов	Дата изучения	
				план	факт
Раздел 1. Баскетбол			14		
1	Стойки и перемещения	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).	1	05.09	
2	Остановки баскетболиста		1	12.09	
3	Передачи мяча	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника, с пассивным сопротивлением защитника.	1	19.09	
4	Ловля мяча		1	26.09	
5	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 и с пассивным сопротивлением защитника ведущей и не ведущей рукой.	1	03.10	
6	Броски в кольцо	Броски одной и двумя руками с места, в движении (после ведения, после ловли) и впрыжке с противодействием. Максимальное расстояние до корзины 4,80 метра.	1	10.10	
7	Игра в защите	Выравнивание и выбивание мяча. Перехват мяча. Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.	1	17.10	
8	Игра в нападении	Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Тактика свободного нападения. Позиционное нападение в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5 на одну корзину. Нападение быстрым	1	24.10	

		прорывом(3:2). Взаимодействие двух игроков в нападении и защите через «заслон».			
9	Диагностирование и тестирование	Тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков.	1	07.11	
10	Участие в соревнованиях	Игра по правилам мини-баскетбола. Участие в соревнованиях.	5	14.11 21.11 28.11 05.12 12.12	
Раздел 2 «Волейбол»			14 часов		
1	Совершенствование техники верхней, нижней передачи	Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели. Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2 3:3)	2	19.12 26.12	
2	Прямой нападающий удар	Прямой нападающий удар подбрасывания мяча партнером.	3	09.01 16.01 23.01	
3	Совершенствование верхней прямой подачи	Верхняя прямая подача в заданную зону площадки.	2	30.01 06.02	
4	Совершенствование приема мяча с подачи и в защите	Приема мяча с подачи. Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, блокирование.	2	13.02 20.02	
5	Двусторонняя учебная игра	Игры и игровые задания по упрощенным правилам, с ограничением пространства и с ограниченным количеством игроков.	3	27.02 06.03 13.03	
6	Одиночное блокирование	Взаимодействие игроков на площадке в нападении и защите. Игра по правилам.	1	20.03	
7	Страховка при блокировании	Прием мяча, отраженного сеткой. Одиночное блокирование и страховка. Действия и размещение игроков в защите. «Доигрывание» мяча.	1	27.03	
Раздел 3 «Футбол»			6 ч		
	Удар по мячу	Удары по неподвижному и катящемуся мячу.	1	03.04	

1		Остановка катящегося, летящего мяча. Удар головой (по летящему мячу). Удар по летящему мячу внутренней			
2	Ведение мяча междупредметами и с обводкой предметов.	Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения без сопротивления защитника, с пассивным и активным сопротивлением защитника. ведущей и не ведущей ногой. Ложные движения.	1	10.04	
3	Игра в футбол по упрощённым правилам(мини-футбол)	Игра по упрощённым правилам на площадках разных размеров. Игра поправилам.	2	17.04 24.04	
4	Участие в соревнованиях	Правила организация и проведения соревнований, участие в соревнованиях различного уровня.	2	08.05 15.05	
Итого			34 часов		

Материально-техническое обеспечение

Спортивные площадки:

- спортивная площадка
- спортивный городок (турник, скамья для прессы.)

Спортивный инвентарь:

- мячи футбольные, резиновые разного диаметра, теннисные, баскетбольные,
- гимнастические маты, гимнастические коврики,
- гимнастические скамейки, шведские стенки,
- лыжи,
- гантели, скакалки, обручи, кегли, эстафетные палочки, канат

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

- Физическая культура 8 класс/ Виленский М.Я., Туровский И.М., Торочкова Т.Ю. и др.; под редакцией Виленского М.Я. Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура; базовый уровень 8 класс/ Лях В.И. Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

В настоящем документе
проинформировано, пронумеровано
и скреплено печатью 7 страниц
Директор: *Мингва* Монгуш А.С

