**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**«Средняя общеобразовательная школа №70»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Рассмотрено**  **на заседании МО учителей**  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Протокол № \_\_1\_\_\_\_\_\_\_  от « \_30» \_\_08\_\_ 2024\_\_г.  руководитель МО  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /\_\_\_\_\_\_\_\_ / | **«Согласовано»**  Заместитель директора по ВР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Г.В.Веселовой  « \_30» \_\_\_08\_\_\_\_\_\_ 2024\_г. | **«Утверждаю»**  директор МБОУ «СОШ №70»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Т.В.Макарова  Приказ № \_647\_\_\_\_\_  от «30\_» \_\_08\_\_ 2024\_г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Курс внеурочной деятельности: **Спортивные игры**

Направление: творческое и физическое развитие, **спортивно-оздоровительное**

Класс(ы): **5-9**

Количество часов: **34** (в неделю: 1)

Составитель: *Селихова Вероника Петровна, учитель физической культуры, первой категории*

**Кемерово 2024**

**РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**«Спортивные игры»**

**Личностные результаты:**

1. Воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлому и настоящему многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; чувство ответственности и долга перед Родиной.

2. Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде.

3. Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира.

4. Формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира. Готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания.

5. Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах. Участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей.

6. Развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора; формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам.

7. Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

8. Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах.

9. Формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях

10. Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

11. Развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера**.**

**Метапредметные результаты:**

1.Умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.

2.Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.

3.Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.

4.Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения.

5.Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной. Познавательные УУД

6.Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы.

7.Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач

8.Смысловое чтение.

9.Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.

10.Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.

11.Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее – ИКТ-компетенции).

12.Формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации

**Предметные результаты:**

- 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.

**Воспитательные результаты внеурочной деятельности:**

* 1. **Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимание социальных реальностей в повседневной жизни):** правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказание доврачебной помощи; влияние здоровья на успешную учебную деятельность; значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья; оценка поведения жизненных ситуаций; отстаивание нравственной позиции в ситуации выбора; правильное осуществление двигательных действий и их использования в условиях соревновательной деятельности, и организации собственного досуга; проведение самостоятельных занятий по развитию основных физических способностей, коррекция осанки и телосложения; правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказание первой помощи при травмах и несчастных случаях; правила пользования современным спортивным инвентарем и оборудованием.
  2. **Результаты второго уровня** (формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие адаптивных свойств организма, укрепление здоровья и повышения физической подготовленности; развитие индивидуальных двигательных режимов, подбор и планирование физических упражнений, управление своими эмоциями, взаимодействие со взрослыми и сверстниками, владение культурой общения; развитие ценностных отношений школьника к спорту и физкультуре, к родному Отечеству, его истории и народу.
  3. **Результаты третьего уровня** (получение школьником опыта самостоятельного общественного действия): приобретение школьником опыта самообслуживания, самоорганизации, и организации совместной деятельности с другими школьниками; получения опыта управления с другими людьми и принятия на себя ответственности за других людей.

**СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**«Спортивны игры»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование  (темы) раздела | Содержания | Формы организации | Виды деятельности |
| 1 | Теоретические сведения | Правила поведения и ТБ на занятиях.  Общие основы спортивных игр.  Правила игры и методика судейства соревнований.  Упрощенные правила игры.  Действующие правила игры.  Сведения о строении и функциях организма человека.  Гигиена, врачебный контроль на занятиях.  Основы техники игры и техническая подготовка.  Основы тактики игры и тактическая подготовка. | Групповые и индивидуальные | Беседы, экскурсии, просмотр видеоматериалов. |
| 2 | Общефизическая подготовка | Подвижные игры  ОРУ  Бег  Прыжки  Метания  Акробатические упражнения | Групповые и индивидуальные | сдача контрольных нормативов, мониторинги, самостоятельная подготовка, практические работы. |
| 3 | Специальная физическая подготовка | Упражнения для развития прыгучести.  Координация движений.  Специальная выносливость.  Упражнения силовой подготовки.  Подбор упражнений, составление комплексов упражнений для развития быстроты перемещений для  защиты и нападения.  Подбор упражнений для развития взрывной силы;  Подбор упражнений для воспитания быстроты ответных действий. | Групповые и индивидуальные | Просмотр видеоматериалов, мониторинги, контрольные тестирования, самостоятельная подготовка, практические работы. |
| 4 | Техническая подготовка | Техника выполнения нижнего приема  Техника выполнения верхнего приема.  Техника выполнения нижней прямой подачи.  Техника выполнения верхней прямой подачи.  Техника выполнения нижней боковой подачи.  Техника выполнения навесной передачи к нападающему удару.  Техника выполнения нападающего удара.  Техника блокирования. | Групповые и индивидуальные | Просмотр видеоматериалов, товарищеские встречи, сдача контрольных нормативов, мониторинги, самостоятельная подготовка, практические работы. |
| 5 | Тактическая подготовка | Обучение и совершенствование индивидуальных действий.  Обучение групповым взаимодействиям.  Обучение технике Обучение и совершенствование индивидуальных действий передаче в прыжке. | Групповые и индивидуальные | Просмотр видеоматериалов, соревнования, самостоятельная подготовка, практические работы. |
| 6 | Игровая подготовка | Основы взаимодействия игроков во время игры. Понятие развития игровой комбинации. Понятие: оборонительная, наступательная игра. Правила безопасного ведения двусторонней игры. Использование элементов передачи, приема, подачи и нападающих ударов во время командной игры. Тактика игры в нападении. Тактика игры в защите. | Групповые и индивидуальные | Соревнования, товарищеские встречи, практические работы. |
| 7 | Контрольные и календарные игры | Двухсторонние контрольные игры по правилам.  - Товарищеские игры с командами соседних школ.  - Итоговые контрольные игры. | Групповые и индивидуальные | Соревнования, товарищеские встречи, сдача контрольных нормативов, мониторинги, самостоятельная подготовка, практические работы. |

**Тематическое планирование курса внеурочной деятельности**

**«Спортивны игры»**

**5 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Тема | Кол-во  часов |
|
|
| Теоретические знания в процессе занятия | | |
|  | **Баскетбол** | **12** |
| 1 | Стойки и перемещения. Остановки баскетболиста | 1 |
| 2 | Ведение мяча с изменением направления и скорости. Бросок мяча с 2 шагов. | 1 |
| 3 | Передачи мяча. Ловля мяча | 1 |
| 4 | Ведение мяча | 1 |
| 5-6 | Броски в кольцо | 2 |
| 7-8 | Игра в защите. Защита зоны. | 2 |
| 9-10 | Игра в нападении | 2 |
| 11-12 | Игра в защите. Личная защита. | 2 |
|  | **Гандбол** | **8** |
| 13 | Правила игры, стойка, перемещения. | 1 |
| 14 | Ловля и передача мяча. | 1 |
| 15 | Техника передвижения, ловли и передачи мяча. | 1 |
| 16 | Техника броска. | 1 |
| 17 | Техника броска. | 1 |
| 18 | Техника ведения мяча в движении с изменением направления. | 1 |
| 19 | Закрепление техники опорного броска. | 1 |
| 20 | Техника игры в защите. | 1 |
|  | **Пионербол** | **10** |
| 21-22 | Закрепление техники передачи мяча. Верхняя передача мяча в парах. | 2 |
| 23-24 | Подача мяча через сетку. Нижняя прямая подача мяча через сетку. | 2 |
| 25-26 | Закрепление техники приема мяча с подачи. | 2 |
| 27-28 | Прием высоко летящего мяча. | 2 |
| 29-30 | Техника и тактика игры в пионербол. | 2 |
| **Футбол** | | **4** |
| 31 | Остановка катящегося мяча. | 1 |
| 32 | Ведение мяча. | 1 |
| 33 | Игра в футбол по упрощѐнным правилам (мини-футбол) | 1 |
| 34 | Техника и тактика игры | 1 |
|  | **Всего** | **34** |

**6 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | | **Тема** | | **Кол-во часов** |
| **Волейбол 11** | | | | |
| 1-2 | | Т/Б на спортивных играх. Индивидуальные тактические действия в нападении | | 2 |
| 3-4 | | Обучение техники верхней передачи | | 2 |
| 5-6 | | Обучение техники нижней передачи | | 2 |
| 7-8 | | Обучение верхней прямой подаче | | 2 |
| 9 | | Обучение техники приёма мяча с подачи | | 1 |
| 10 | | Подвижные игры и эстафеты. Двусторонняя учебная игра | | 1 |
| 11 | | Физическая подготовка в процессе занятия | | 1 |
| **Футбол 11** | | | | |
| 12 | | Т/Б на спортивных играх. Основные правила игры в футбол. | | 1 |
| 13-14 | | Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы | | 2 |
| 15-16 | | Ведение мяча. Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема. Удар носком | | 2 |
| 17-18 | | Удар серединой лба на месте. Вбрасывание мяча из-за боковой линии | | 2 |
| 19-20 | | Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с пассивным сопротивлением защитника | | 2 |
| 21-22 | | Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом | | 2 |
| **Баскетбол 12** | | | | |
| 23 | | Т/Б на спортивных играх. Основные правила игры в баскетбол. | | 1 |
| 24 | | Ведение баскетбольного мяча и стойка баскетболиста. | | 1 |
| 25-26 | | Ведение мяча со сменой ритма движения и с изменением направления движения | | 2 |
| 27-28 | | Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении | | 2 |
| 29-30 | | Передачи баскетбольного и набивного мяча на месте | | 2 |
| 31-32 | | Передача мяча в движении скрестным шагом и приставным, с сопротивлением | | 2 |
| 33-34 | | Передачи мяча в игре | | 2 |
|  | | **Всего** | | **34** | |

**7 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | | **Тема** | | **Кол-во часов** |
| **Волейбол 13** | | | | |
| 1-2 | | Т/Б на спортивных играх. Индивидуальные тактические действия в нападении | | 2 |
| 3-4 | | Закрепление техники верхней передачи | | 2 |
| 5-6 | | Закрепление техники нижней передачи | | 2 |
| 7-8 | | Верхняя прямая подача | | 2 |
| 9-10 | | Закрепление техники приёма мяча с подачи | | 2 |
| 11-12 | | Двусторонняя учебная игра | | 2 |
| 13 | | Физическая подготовка в процессе занятия | | 1 |
| **Футбол 11** | | | | |
| 14-15 | | Т/Б на спортивных играх. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. | | 2 |
| 16 | | Удар по летящему мячу средней частью подъема | | 1 |
| 17-8 | | Вбрасывание мяча из-за боковой линии | | 2 |
| 19-20 | | Ведение мяча с активным сопротивлением защитника, Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы | | 2 |
| 21-22 | | Обманные движения (финты) | | 2 |
| 23-24 | | Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом | | 2 |
| **Баскетбол** | | | | |
| 25 | | Т/Б на спортивных играх. Передачи мяча в игре | | 1 |
| 26-27 | | Индивидуальные действия в нападении со сменой ритма движения | | 2 |
| 28-29 | | Индивидуальные действия в нападении с дриблингом. | | 2 |
| 30-31 | | Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину. | | 2 |
| 32-33 | | Индивидуальные действия в нападение с постановкой заслонов. | | 2 |
| 34 | | Индивидуальные действия в нападении в игре. | | 1 |
|  | | **Всего** | | **34** | |

**8 класс**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | | **Тема** | | **Кол-во часов** | |
| **Волейбол 14** | | | | | |
| 1-2 | | Т/Б на спортивных играх. Совершенствование техники верхней, нижней передачи | | 2 | |
| 3-4 | | Прямой нападающий удар | | 2 | |
| 5-6 | | Совершенствование верхней прямой подачи | | 2 | |
| 7-8 | | Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите | | 2 | |
| 9-11 | | Двусторонняя учебная игра | | 3 | |
| 12 | | Одиночное блокирование | | 1 | |
| 13 | | Страховка при блокировании | | 1 | |
| 14 | | Физическая подготовка в процессе занятия | | 1 | |
| **Футбол 8** | | | | | |
| 15-16 | | Т/Б на спортивных играх. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом | | 2 | |
| 17-19 | | Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема | | 3 | |
| 20-21 | | Резаные удары. Остановка катящегося мяча подошвой | | 2 | |
| 22 | | Совершенствование техники ведения мяча | | 1 | |
| **Баскетбол 12** | | | | | |
| 23-24 | | Т/Б на спортивных играх. Индивидуальные действия в защите со сменой ритма движения. | | 2 | |
| 25-26 | | Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину. | | 2 | |
| 27 | | Индивидуальные действия в защите против заслонов. | | 1 | |
| 28-29 | | Индивидуальные действия в защите в игре. | | 2 | |
| 30-31 | | Броски мяча в корзину с трех секундной зоны. Штрафной бросок. | | 2 | |
| 32-34 | | Учебная игра. | | 3 | |
|  | | **Всего** | | **34** | |

**9 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | | **Тема** | | **Кол-во часов** |
| **Волейбол 15** | | | | |
| 1-2 | | Т/Б на спортивных играх. Верхняя передача двумя руками в прыжке | | 2 |
| 3-4 | | Прямой нападающий удар. Физическая подготовка в процессе занятия | | 2 |
| 5-6 | | Верхняя, нижняя передача двумя руками назад | | 2 |
| 7-8 | | Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите | | 2 |
| 9-11 | | Двусторонняя учебная игра | | 3 |
| 12-13 | | Одиночное блокирование и страховка | | 2 |
| 14-15 | | Командные тактические действия в нападении и защите. Физическая подготовка в процессе занятия | | 2 |
| **Футбол 11** | | | | |
| 16-17 | | Т/Б на спортивных играх. Совершенствование техники защитных действий. Отбор мяча толчком плечо в плечо | | 2 |
| 18-19 | | Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт уходом | | 2 |
| 20-21 | | Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите | | 2 |
| 22-23 | | Тактические действия в нападении | | 2 |
| 24-26 | | Двухстороння игра | | 3 |
| **Баскетбол 8** | | | | |
| 27-28 | | Т/Б на спортивных играх. Броски мяча в корзину с трех секундной зоны. Штрафной бросок. | | 2 |
| 29-30 | | Броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции. | | 2 |
| 31-32 | | Броски мяча в корзину с двух шагов провой и левой рукой. | | 2 |
| 33 | | Броски мяча в корзину с остановкой на две ноги и обманными движениями. | | 1 |
| 34 | | Учебная игра. | | 1 |
|  | | **Всего** | | **34** | |