

Утверждена приказом
МОУ «Шатковская ОШ»
от 27.08. 2025 г. № 55/1

**Рабочая программа
учебного курса внеурочной деятельности
«Игровые виды спорта»**

основное образование

спортивно - оздоровительное

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Игровые виды спорта» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, планируемыми результатами основного общего образования.

Цель программы: обучить учащихся спортивным играм: баскетбол, волейбол.

Задачи:

- 1.Укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию;
- 2.Приобретение необходимых теоретических знаний, овладение основными приемами техники и тактики игры;
- 3.Воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы, привитие учащимся организаторских навыков.

Данная рабочая программа внеурочной деятельности разработана по спортивно-оздоровительному направлению для 9 классов. Программа рассчитана на 34 часа в год для учащихся 9 класса и предполагает равномерное распределение часов по неделям (1 раз в неделю). Продолжительность каждого занятия 45 минут.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета. Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении обучающихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать занятия игровыми видами спорта для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве. При занятиях игровыми видами спорта стимулируется работа сердечно-сосудистой системы, развивается выносливость, скоростно-силовые и скоростные способности, укрепляются крупные мышцы рук, плеч, ног. Игровые виды спорта развивает такие жизненно важные качества как реакция на движущийся объект, реакция антиципации (предугадывания), быстрота мышления и принятия решений в неожиданно меняющихся игровых условиях, концентрация внимания и распределение внимания, что существенно сказывается на умственной деятельности и процессе обучения. Происходит общее укрепление и оздоровление организма. Дети учатся понимать собственное тело, управлять им, что помогает избежать травмоопасных ситуаций при всех видах физической активности. Соревновательный элемент в игровых видах спорта способствует развитию личности ребенка, в частности качеств лидера, воспитывает целеустремленность и бойцовские качества. Игровые виды спорта позволяют выразить себя как индивидуально, так и как игрока команды. Способствует развитию уверенности в себе, умению ставить и решать двигательные задачи. Через усвоение этикета служит прекрасным средством коммуникативного общения, развивает навыки сотрудничества и взаимопонимания.

Метапредметные результаты

характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания предмета «Физическая культура», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса - умение учиться, так и в реальной повседневной жизни обучающихся.

В области физической культуры:

- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений на базе овладения упражнений с мячом, активное использование спортивных игр в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий игровыми видами спорта.

Предметные результаты

- планировать игры в режиме дня, организовывать отдых и досуг.
- излагать факты истории возникновения игр, характеризовать их роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью.
- представлять игру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека.
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при организации и проведении игр, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения.
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство.
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения игр.
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью.
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время игр.
- 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.
- подавать команды, вести подсчет при организации и проведении игр.
- применять в игровой деятельности технические действия из базовых видов спорта.

Содержание курса внеурочной деятельности.

Темы и разделы выбраны с учетом имеющейся материальной базы и местных климатических условий. Программа рассчитана на учащихся 9 класса. Она предусматривает проведение теоретических занятий по каждому разделу, изучение и дальнейшее совершенствование специальных движений на практических занятиях, выполнение учащимися контрольных нормативов, участие во внутришкольных соревнованиях.

Курс призван оказывать содействие гармоничному физическому развитию каждого ребёнка, всесторонней физической подготовке и укреплению здоровья; ориентирован на привитие потребности к систематическим занятиям физкультуры и спорта.

Программа включает в себя межпредметные связи с такими учебными дисциплинами, как физиология, биомеханика, спортивная психология, теория и методика спортивных игр.

Программа предусматривает изучение курса спортивных игр по следующим разделам:

1. Волейбол.
2. Баскетбол.

Волейбол (17 часов)

Правила техники безопасности. История волейбола. Основные правила игры.

Стойка игрока (исходные положения).

Разучивание, совершенствование и закрепление способов перемещений.

Подвижные игры и эстафеты.

Разучивание, совершенствование и закрепление передач двумя руками.

Разучивание, совершенствование и закрепление нижней прямой подачи.

Разучивание, совершенствование и закрепление приема мяча сверху и снизу двумя руками.

Игры и эстафеты с элементами волейбола

Разучивание тактических действий в нападении и защите

Индивидуальные тактические действия в нападении

Индивидуальные тактические действия в защите

Двусторонняя учебная игра

Баскетбол (17 часов)

Правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях по баскетболу

Терминология в баскетболе. Техника выполнения игровых приемов

Стойка игрока. Перемещения в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево

Бег: лицом вперед, приставными шагами в стороны, вперед и назад, спиной вперед.

Скоростные рывки из различных исходных положений

Остановки: двумя шагами, прыжком

Прыжки, повороты вперед, назад

Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки, повороты, рывки)

Ловля мяча

- двумя руками на уровне груди;
- двумя руками «высокого» мяча (в прыжке)

Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении, одной рукой от плеча, двумя руками сверху

Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком (на месте и в движении), с изменением скорости передвижения.

Ведение мяча с изменением высоты отскока (на месте и в движении), в движении с переводом на другую руку.

Ведение мяча с изменением направления движения, с обводкой препятствий.

Бросок мяча двумя руками от груди с места, одной рукой от плеча с места.

Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения

Бросок в кольцо одной рукой сверху в прыжке, штрафной бросок.

Выбивание мяча из рук соперника, выбивание мяча при ведении, вырывание мяча из рук соперника, накрывание мяча при броске.

Двусторонняя учебная игра.

Тематическое планирование

№	Тема	Количество часов	Используемые ЦОР
1	Волейбол	17	
2	Баскетбол	17	
	Всего часов:	34	https://www.google.com/url?q=https://www.google.com/url?q%3Dhttp://www.libsport.ru/%26sa%3DD%26ust%3D1566007446939000&sa=D&ust=1600363250671000&usg=AOvVaw0Jb4nHxwxcRtyaLZg65Q8J https://www.google.com/url?q=https://www.google.com/url?q%3Dhttp://www.teoriya.ru/journals/%26sa%3DD%26ust%3D1566007446939000&sa=D&ust=1600363250672000&usg=AOvVaw1Nh95vz3-XGYd6iFTXOiHZ http://www.infosport.ru/sp/

Формы организации и виды деятельности.

Занятия проводятся интегрировано. Индивидуальный подход должен быть одним из основных принципов организации занятий. Занятия в спортивном зале, на улице (спортивной площадке), стадионе. Упражнения, практикумы, игры, соревнования, спортивные турниры.