

# МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

## МБОУ СОШ №3 города Кузнецка

Принята

Утверждаю.

педагогическим советом.

Директор МБОУ СОШ № 3 города Кузнецка

Протокол от 30.08.2023 г. № 1.

\_\_\_\_\_ /Н.А. Колесникова/

Приказ от 30.08.2023 г. № 107-ОД

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**Курса неурочной деятельности «Подвижные игры»**

для обучающихся 9-х классов

## **1.РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»**

### **Личностные результаты**

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

### **Метапредметные результаты**

- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

### **Предметные результаты**

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- \* овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

### **Планируемые результаты**

По окончании учебного года ученик **научится:**

- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину)
- выполнять основные технические действия и приёмы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазанья, прыжков и бега;
- осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке

## **2.СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**Знания о физической культуре**(в процессе занятий):

**Физическая культура и спорт.** Возникновение и история физической культуры. Достижения российских спортсменов.

**Гигиена, предупреждение травм,** Личная гигиена. Двигательный режим школьников-подростков. Оздоровительное и закаляющее влияние естественных факторов природы (солнце, воздух и вода) и физических упражнений.

**Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь.** Правила соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным играм.

**Физическое совершенствование (35ч):**

### **Футбол**

Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.

### **Волейбол**

Техника нападения. Действия без мяча.Перемещения и стойки.Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность.Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая,Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками.Техника защиты.

Блокирование. Взаимодействие игроков передней линии при приеме. Контрольные игры и соревнования.

### **Бадминтон**

Основы техники и тактики игры. Правильная хватка ракетки, способы игры. Техника перемещений. Тренировка упражнений с воланом и ракеткой. Поддача открытой и закрытой стороной ракетки. Далёкий удар с замаха сверху. Плоская подача. Короткие удары. Общая физическая подготовка.

### **Баскетбол**

Основы техники и тактики. Техника передвижения. Повороты в движении. Сочетание способов передвижений. Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока. Ловля мяча одной рукой на уровне груди. Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трех очковой линии. Ведение мяча с изменением высоты отскока. Ведение мяча с изменением скорости. Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока. Групповые действия. Учебная игра.

## **3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С ОПРЕДЕЛЕНИЕМ ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

<b>Тематическое планирование</b>	<b>Характеристика видов деятельности учащихся</b>
<b>Знания о физической культуре (в процессе уроков)</b>	
<p><b>История физической культуры.</b> Мифы и легенды о зарождении Олимпийских игр древности Физическая культура (основные понятия).</p> <p><b>Физическое развитие человека.</b> Характеристика его основных показателей Осанка как показатель физического развития человека.</p> <p><b>Правила соревнований,</b> Правила игры в футбол, волейбол, бадминтон, гандбол, баскетбол</p>	<p>Характеризовать Олимпийские игры как яркое культурное событие древнего мира. Рассказывать о видах спорта, входящих в программу соревнований Олимпийских игр древности</p> <p>Характеризовать понятие «физическое развитие», приводить примеры изменения его показателей, сравнивать показатели физического развития родителей со своими показателями.</p> <p>Изучают правила спортивных игр, применяют их на практике.</p>
<b>Физическое совершенствование (35 ч)</b>	
<b>Футбол</b>	<b>8 ЧАСОВ</b>
<p>Инструктаж по Т.Б. Стойки игрока Перемещение в стойке Остановки, ускорения Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии.</p>	<p>Изучают историю футбола и запоминают имена выдающихся отечественных футболистов. Овладевают основными приёмами игры в футбол Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя</p>

<p>Техника игры вратаря. Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.</p>	<p>типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности</p>
<p><b>Волейбол</b></p>	<p><b>11 ЧАСОВ</b></p>
<p>Инструктаж по Т.Б. Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки. Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Техника защиты. Блокирование. Взаимодействие игроков передней линии при приеме. Контрольные игры и соревнования.</p>	<p>Изучают историю волейбола и запоминают имена выдающихся отечественных волейболистов — олимпийских чемпионов. Овладевают основными приёмами игры в волейбол Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности</p>
<p><b>Бадминтон</b></p>	<p><b>8 ЧАСОВ</b></p>
<p>Инструктаж по Т.Б. Основы техники и тактики игры. Правильная хватка ракетки, способы игры. Техника перемещений. Тренировка упражнений с воланом и ракеткой. Подача открытой и закрытой стороной ракетки. Далёкий удар с замаха сверху. Плоская подача. Короткие удары. Общая физическая подготовка</p>	<p>Изучают историю бадминтона и запоминают имена выдающихся отечественных спортсменов. Овладевают основными приёмами игры в бадминтон. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности</p>
<p><b>Баскетбол</b></p>	<p><b>8 ЧАСОВ</b></p>
<p>Инструктаж по Т.Б. Основы техники и тактики. Техника передвижения. Повороты в движении. Сочетание способов передвижений. Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока. Ловля мяча одной рукой на уровне груди. Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трех очковой линии. Ведение мяча с изменением высоты отскока. Ведение мяча с изменением скорости. Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока. Групповые действия. Учебная игра</p>	<p>Изучают историю баскетбола и запоминают имена выдающихся отечественных спортсменов — олимпийских чемпионов. Овладевают основными приёмами игры в баскетбол Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности</p>

**Календарно -тематическое планирование кружка  
«Спортивные игры» в9 классе.**

№ занятия	Название темы	Дата проведения		Корректировка	
		9а	9б	9а	9б
	<b>Футбол</b>				
1	Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой				
2	Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения.				
3	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии.				
4	Техника игры вратаря				
5	Тактика игры в футбол. Тактика нападения				
6	Индивидуальные действия без мяча, с мячом.				
7	Тактика защиты				
8	Индивидуальные действия.				
9	Групповые действия.				
10	Учебная игра 5на5				
	<b>Волейбол</b>				
11	Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки.				
12	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность				
13	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху				
14	Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками.				
15	Передача на точность. Техника защиты. Блокирование.				
16	Командные действия. Прием подач				
17	Контрольные игры и соревнования.				
	<b>Бадминтон.</b>				
18	Основы техники и тактики игры.				
19	Правильная хватка ракетки, способы игры				
20	Тренировка упражнений с воланом и ракеткой.				
21	Подача открытой и закрытой стороной ракетки				
22	Тренировка ударов справа и слева.				
23	Свободная игра. Игра на счет. Соревнования.				
	<b>Баскетбол.</b>				
24	Основы техники и тактики. Техника передвижения.				
25	Повороты в движении. Сочетание способов				

	передвижений.				
26	Техника нападения. Ведение мяча с изменением высоты отскока.				
27	Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока.				
28	Ловля мяча одной рукой на уровне груди. Броски мяча двумя руками с места.				
29	Штрафной бросок				
30	Бросок с трех очковой линии.				
31	Обманные движения.				
32	Обводка соперника с изменением высоты отскока.				
33	Взаимодействие игроков с заслонами.				
34	Групповые действия. Учебная игра				

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3 ГОРОДА  
КУЗНЕЦКА**, Колесникова Нина Александровна, Директор

**01.11.23** 12:08  
(MSK)

Сертификат A57548063A6685A7D65BF6F59C6816D8