

Рассмотрено на заседании
МО учителей физической
культуры
Протокол №1 от 29.08.2022

Принято решением
педагогического совета
школы
Протокол №1 от 29.08.22г.
Проверено зам. директора
по УВР Крицкая Н.В.Крицкая

Утверждено
Приказом директора
№ 01/0-06 от 29.08.2022г.

Сидорина О.Н.Сидорина



Рабочая программа по учебному предмету «Спортивные игры: волейбол, баскетбол» 7-8 класс

Дмитриева В. А., учитель физической
культуры, высшая категория

I. Пояснительная записка

Рабочая программа 8 класса по учебному предмету «Спортивные игры» разработана на основе раздела «Спортивные игры» авторской программы В.И. Ляха по физической культуре 5-9 классы (9-е изд. - М.: Просвещение, 2021г.).

II. Планируемые результаты освоения программы

Результаты освоения содержания предмета «Спортивные игры» определяют те итоговые результаты, которые должны демонстрировать школьники по завершении обучения в основной школе.

Результаты освоения программного материала по предмету «Спортивные игры» оцениваются по трем базовым уровням, исходя из принципа «общее — частное — конкретное», и представлены соответственно метапредметными, предметными и личностными результатами.

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 исключающего 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.

Предметные результаты освоения программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры»

В ходе реализации программы учащиеся должны освоить следующие знания и умения:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, 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 инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- 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;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.
- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- 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;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

2.2. База контрольно-измерительных материалов

2.2.1. График контрольных работ

График контроля.

	Тема	Четверть	Дата
1	контрольное упражнение - зачет	2	
2	контрольное упражнение - зачет	4	

2.2.2. База КИМов

Контрольный показатель	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Нижняя передача над собой, кол	До 10	10-20	20 и больше
Верхняя передача в стенку, кол	До 15	15-30	30 и больше
Подача, кол из 10	Меньше 7	Меньше 10	10 из 10
Знание тактических терминов	Ответы с ошибками	Ответы с небольшими ошибками	Полные ответы

III. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

№ п/п	Наименование темы	количество часов			формы контроля
		всего	теорет.	практ.	
1	Вводное занятие	1	1	-	
2	Общая физическая подготовка	6	-	6	
3	Специальная физическая подготовка	5	-	5	
4	Техническая подготовка	11	-	11	текущий
5	Игровая подготовка	12	-	12	текущий
6	Итоговое занятие	1		1	
7					
	Итого:	34			

Тема	Виды деятельности учащихся	Содержание тематического модуля
Основы знаний.	В процессе уроков. Беседы, диалоги, наблюдение, рассуждение, практика	1.Взаимосвязь регулярной физической активности и индивидуальных здоровых привычек. Аэробная и анаэробная работоспособность. Физическая подготовка и её связь с развитием систем дыхания и кровообращения. 2.Основы знаний. Физические качества человека и их развитие. Приёмы силовой подготовки. Основные способы регулирования физической нагрузки: по скорости и продолжительности выполнения упражнений.
Физическое совершенствование	Практическая тренировка, демонстрация упражнений.	Волейбол Стойка волейболиста. Нижняя и верхняя подача мяча. Прием. Передача. Овладение техникой и тактикой игры. Передача мяча с собственным подбрасыванием на месте после небольших перемещений. Учебная двухсторонняя игра в волейбол по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил. Подвижные игры: «Не давай мяча водящему», «Пионербол». ОФП.
Судейская практика	Теоретические, практические знания.	Положение о соревнованиях. Правила игры. Методика судейства.

Календарно – тематическое планирование

№ ур	Дата проведения	Тема урока	Домашнее задание к следующему уроку
1		Теоретические сведения. Правила и судейство игр по волейболу. Техника безопасности на занятиях секции волейбола	Знать: правила поведения на уроке
2		Общеразвивающие и подготовительные упражнения. Развитие специальных двигательных качеств.	Отжимание 3 по 25
3		Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	Отжимание 3 по 25
4		Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	Приседания 3 по 50
5		Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении)	Комплекс упр на верхний плечевой пояс.
6		Совершенствование техники передачи мяча сверху двумя руками вперед-вверх	Комплекс упр на верхний плечевой пояс.
7		Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку)	Строевые упражнения.
8		Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи	Отжимание 3 по 25
9		Передача мяча снизу двумя руками над собой	Приседания 3 по 50
10		Передача мяча снизу двумя руками в парах	Приседания 3 по 50
11		Нижняя прямая	Приседания 3 по 50
12		Верхняя прямая	Знать: правила поведения на уроке
13		Учебная игра Волейбол	Отжимание 3 по 25
14		Подача в прыжке	Отжимание 3 по 25
15		Прямой нападающий удар (по ходу)	Отжимание 3 по 25
16		Нападающий удар с переводом вправо (влево)	Приседания 3 по 50
17		Прием мяча снизу двумя руками	Приседания 3 по 50
18		Прием мяча сверху двумя руками	Приседания 3 по 50
19		Правила по технике безопасности на занятиях спортивных игр.	Знать: правила поведения на уроке
20		Стойка игрока	Отжимание 3 по 25
21		Перемещения в стойке	Отжимание 3 по 25

22		Сочетания способов Перемещений. Игровое занятие.	Приседания 3 по 50
23		Верхняя передача мяча над собой	Комплекс упр на верхний плечевой пояс.
24		Верхняя передача мяча над собой, у стены	Комплекс упр на верхний плечевой пояс.
25		Игровое занятие	Строевые упражнения.
26		Нижняя прямая подача с середины площадки	Отжимание 3 по 25
27		Нижняя передача над собой.	Приседания 3 по 50
28		Нижняя передача мяча у стены, в парах. <u>Контроль.</u>	Приседания 3 по 50
29		Нижняя передача мяча у стены, в парах.	Приседания 3 по 50
30		Игровое занятие.	Знать: правила поведения на уроке
31		Приём мяча с подачи у стены	Отжимание 3 по 25
32		Подача и приём мяча	Отжимание 3 по 25
33		Эстафеты. Игра по упрощенным правилам.	Отжимание 3 по 25
34		Подвижные игры и эстафеты. Двусторонняя учебная игра	Приседания 3 по 50