

Рекомендовано к утверждению  
педагогическим советом МКОУ  
Новолисинская СОШ – интернат»  
Протокол № 1 от 28.08.2023г.

Утверждено  
приказом и.о. директора МКОУ  
«Новолисинская СОШ-интернат»  
№ 209 от 31.08.2023г.

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Новолисинская школа – интернат среднего (полного) общего образования»

Рабочая программа  
внеурочной деятельности  
для обучающихся 7в класса

**«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»**

Составила:  
учитель физической культуры  
Черепанова Надежда Викторовна

2023-2024 учебный год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с учащимися 7 класса. В программу вошли основы знаний по основным игровым видам спорта в программах физического воспитания учащихся. В программе представлены доступные для учащихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики основных игровых видов спорта игры, развитию физических способностей.

В соответствии с планом внеурочной деятельности основного общего образования школы на 2023-2024 уч.год, годовым календарным графиком на 2023-2024 учебный год на реализацию курса отводится 34 час (1 час в неделю).

Виды деятельности на занятиях:

1. Спортивно-оздоровительная (комплексы ОФП, дыхательная гимнастика).
2. Игровая (игры).
3. Познавательная (техника безопасности, всевозможная информация о спорте, спортивных достижениях, проекты).

### СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»

Разделы программы	Темы раздела	Основное содержание по темам	Универсальные виды деятельности
№1. Основы теоретических знаний	Краткая характеристика игровых видов спорта Требования к технике безопасности.	Инструктаж по технике безопасности. Наши соотечественники — олимпийские чемпионы. <i>Познай себя</i> Ростовесовые показатели.	Изучают историю игровых видов спорта и запоминают имена выдающихся отечественных спортсменов — олимпийских чемпионов. Раскрывают значение техники безопасности в спортивном зале и при проведении спортивных игр Составляют личный план физического самовоспитания.
	Обучение и совершенствование навыков бросков мяча	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли, в прыжке) с пассивным противодействием.	Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности
№2. Основы техники и тактики игры в баскетбол	Тактика игры в баскетбол.	Тактика свободного нападения. Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Быстрый прорыв (2:1)	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности

<b>№3. Основы техники и тактики игры в волейбол</b>	Закрепление пройденных тем и применение их на практике.	Действия одного защитника против двух нападающих. . Сочетание личной и зонной системы защиты в процессе игры.	Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности
	Товарищеские игры.	Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола. Игра по правилам мини-баскетбола.	Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры.. Используют игру в баскетбол как средство активного отдыха
	Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки.	Инструктаж по ТБ на занятиях волейболом. Правила игры. Стойки с перемещениями и исходными положениями, техника передачи мяча снизу – сверху в парах.	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности
	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Встречная передача.	Верхняя и нижняя передача мяча в парах, эстафета с элементами волейбола (верхней и нижней передачами мяча)	Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности
	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.	. Нижняя прямая подача, передача мяча в зонах 6.3,4 и 6.3,2. Учебная игра по упрощённым правилам	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдают правила безопасности.
	Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование.	Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи мяча. Учебная игра с заданием	Выполняют специально подобранные самостоятельные контрольные упражнения.

### **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»**

Освоение курса «Спортивные игры» вносит существенный вклад в достижение **личностных результатов** среднего образования. *Личностные универсальные учебные действия* обеспечивают ценностно-смысловую ориентацию обучающихся (умение соотносить поступки и события с принятыми этическими принципами, знание моральных норм и умение выделить нравственный аспект поведения) и ориентацию в социальных ролях и межличностных отношениях.

**У обучающихся будут сформированы:**

–внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;

–широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно – познавательные и внешние мотивы;

–ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности;

–учебно – познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой частной задачи;

–способность к самооценке на основе критерия успешности учебной деятельности;

–ориентация в нравственном содержании и смысле поступков как собственных, так и окружающих людей;

–развитие этических чувств – стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения;

–установка на здоровый образ жизни;

–эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживания им.

**Обучающийся получит возможность для формирования:**

– внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к школе, понимания необходимости учения, выраженного в преобладании учебно – познавательных мотивов и предпочтений социального способа оценки знаний;

– адекватного понимания дифференцированной самооценки на основе критерия успешности реализации социальной роли «хорошего ученика»;

– установка на здоровый образ жизни и реализации в реальном поведении и поступках;

**Метапредметные результаты**

**Раздел «Регулятивные универсальные учебные действия»**

**Обучающийся научится:**

–принимать и сохранять учебную задачу;

–учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;

–планировать свое действие с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане;

–учитывать правило в планировании и контроле способа решения;

–осуществлять итоговый контроль по результату;

–адекватно воспринимать оценку учителя;

–различать способ и результат действия;

–оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки;

–вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок;

**Обучающийся получит возможность научиться:**

– адекватно воспринимать предложения учителей, товарищей по исправлению допущенных ошибок;

– выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить,

– устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели;

– соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи;

– активизация сил и энергии, к волевому усилию в ситуации мотивационного конфликта;

– концентрация воли для преодоления физических препятствий;

### **Раздел «Познавательные универсальные учебные действия»**

#### **Обучающийся научится:**

–осуществлять поиск информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы;

–осуществлять синтез как составление целого из частей;

–устанавливать причинно – следственные связи;

### **Раздел «Коммуникативные универсальные учебные действия»**

#### **Обучающийся научится:**

–допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;

–учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

–формулировать собственное мнение и позицию;

–договариваться и приводить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;

–строить понятные для партнера высказывания, учитывающие, что партнер знает и видит, а что нет;

–контролировать действия партнеров;

–использовать речь для регуляции своего действия;

#### **Обучающийся получит возможность научиться:**

– слушать собеседника;

– определять общую цель и пути ее достижения;

– осуществлять взаимный контроль,

– адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих,

– оказывать в сотрудничестве взаимопомощь;

–аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности,

–прогнозировать возникновение конфликтов при наличии разных точек зрения

–разрешать конфликты на основе учёта интересов и позиций всех участников;

–координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.

#### **Оценивание результатов деятельности:**

•физическая подготовленность;

•практические умения и навыки;

•теоретические знания;

•динамика (прирост) оцениваемых параметров.

## **ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

<b>№</b>	<b>Раздел</b>	<b>Количество часов</b>
1	Основы теоретических знаний	1
2	Основы техники и тактики игры в баскетбол	8

3	Основы техники и тактики игры в волейбол	25
	<b>Итого</b>	<b>34</b>

**КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**  
**7в класс**

№	Раздел	Количество часов	Название темы	Дата проведения
1.	<b>№1. Основы теоретических знаний</b>	1	Краткая характеристика изучаемых видов спорта. Требования к технике безопасности.	
2.	<b>№2. Основы техники и тактики игры в баскетбол</b>	1	Общая физическая подготовка Единая спортивная классификация.	
3.		1	Общая физическая подготовка	
4.		1	Специальная физическая подготовка	
5.		1	Перемещения, остановки, повороты игрока	
6.		1	Ловля и передача мяча	
7.		1	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений	
8.		1	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке	
9.		1	Броски одной и двумя руками с места и в движении	
10.		1	Тактика свободного нападения. Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». Совершенствование техники передвижения при нападении.	
11.		1	Тактика нападения. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
12.		1	Быстрый прорыв (2:1) Действия одного защитника против двух нападающих.	
13.		1	Сочетание личной и зонной системы защиты в процессе игры.	
14.		1	Вырывание и выбивание мяча. Индивидуальные действия при нападении с мячом и без мяча.	
15.		1	Перехват мяча	

		Индивидуальные действия при нападении.	
16.	1	Совершенствование тактических действий в нападении	
17.	1	Совершенствование техники ловли и передачи мяча в игре	
18.	1	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков. Учебная игра	
19.	1	Сочетание выполнения различных способов ловли мяча в условиях жесткого сопротивления.	
20.	1	Взаимодействие двух игроков - «заслон в движении». Учебная игра.	
21.	1	Противодействие взаимодействию двух игроков – «заслону в движении».	
22.	1	Взаимодействие трех игроков - «скрестный выход». Учебная игра	
23.	1	Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения. Учебная игра	
24.	1	Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга. Учебная игра	
25.	1	Командные действия в нападении. Учебная игра	
26.	1	Система зонной защиты 2 – 3, 2 – 1 - 2. Учебная игра.	
27.	1	Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого сопротивления.	
28.	1	Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита. Учебная игра	
29.	1	Выбор места и момента для борьбы за отскочивший от щита мяч при блокировке. Учебная игра.	
30.	1	Сочетание личной и зонной системы защиты в процессе игры	

31		1	Учебная игра	
32		1	Учебная игра	
33		1	Контрольные испытания. Учебная игра	
34		1	Учебная игра	