

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СУЧКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»**

**«Рассмотрено»**

Руководитель ШМО:

\_\_\_\_\_/Головнёв С.М./

Протокол

№ \_\_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_ 20\_\_ г.

**«Согласовано»**

Заместитель руководителя по  
УВР:

\_\_\_\_\_/Ачкасова О.Н./

«\_\_» \_\_\_\_ 20\_\_ г.

**«Утверждаю»**

Директор МКОУ «Сучковская  
СОШ»:

\_\_\_\_\_/Курчавый А.П./

«\_\_» \_\_\_\_ 20\_\_ г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**«Спорт»  
для обучающихся 8-9 классов**

Васильева Ильи Юрьевича

**2023 - 2024 учебный год**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа курса внеурочной деятельности «Спортивные и подвижные игры» для 8-9 класса относится к спортивно-оздоровительному направлению реализации внеурочной деятельности в рамках ФГОС и составлена на основе:

- Федерального Государственного стандарта основного общего образования
  - основной образовательной программы МКОУ «Сучковская СОШ»
  - положения о рабочей программе по внеурочной деятельности МКОУ «Сучковская СОШ».

• Данная программа является модифицированной, составлена на основе плана и программ:

- Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2008г., допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации

- Григорьев, Д. В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя / Д. В. Григорьев, П. В. Степанов. – М.: Просвещение, 2010. – 223 с. – (Стандарты второго поколения).

- Формирование универсальных учебных действий в основной школе: от действия к мысли. Система заданий: пособие для учителя / под ред. А. Г. Асмолова. – М.: Просвещение, 2010. – 159 с. – (Стандарты второго поколения).

**Актуальность программы:** Предлагаемая программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры. В основу планирования положены знания, базирующиеся на научных экспериментах, выполненных в различных отраслях науки, таких как педагогика, физиология, психология, спортивная медицина, опыт ряда педагогов по физической культуре, работающих по ФГОС. Программа составлена с учетом особенности работы образовательного учреждения и имеет оздоровительное, спортивное и общеразвивающее значение. Поэтому данная программа является программой внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению. Игра – исключительно ценный способ вовлечения школьников в двигательную деятельность. Подвижные и спортивные игры на занятиях используются для решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач. В играх, в отличие от других форм занятий, главное внимание обращается на оздоровительную сторону, воспитание физических качеств, стремление подростков организовывать свою деятельность, основываясь на четких и жестких правилах спортивных игр, которые дают возможность каждому обучающемуся развивать свои личностные качества, необходимые как в любых видах спортивно-оздоровительной деятельности, так и в обычной жизни.

**Цель программы:** развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателей физической подготовленности, формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях.

**Задачи программы** направлены на:

- Развитие у обучающихся положительной мотивации к занятиям физической культурой и спортом.
- Развитие навыков двигательной активности как составляющей здорового образа жизни и функциональной грамотности через заботу о собственном здоровье и развитии личности.
- Повышение уровня качества знаний по вопросам здоровья и его сохранения.
- Формирование волевых качеств, как основы получения образования.

- Формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях.
- Обобщение и углубление знаний об истории, культуре игр, желание применять игры самостоятельно и в повседневной жизни.
- Воспитательный результат достигается по двум уровням взаимодействия – связь ученика со своим учителем и взаимодействие школьников между собой на уровне группы секции.

### **Планируемые результаты освоения внеурочной деятельности**

#### **Личностные результаты:**

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной видов деятельности;

- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.

- установка на безопасный здоровый образ жизни

#### **Метапредметные результаты.**

##### **Регулятивные УУД:**

-принимать и сохранять учебную задачу;

- планировать этапы решения задачи, определять последовательность учебных действий в соответствии с поставленной задачей;

-осуществлять пошаговый и итоговый контроль по результату под руководством учителя;

-анализировать ошибки и определять пути их преодоления;

различать способы и результат действия; --адекватно воспринимать оценку сверстников и учителя;

-прогнозировать результаты своих действий на основе анализа учебной ситуации; проявлять познавательную инициативу и самостоятельность;

-самостоятельно адекватно оценивать правильность и выполнения действия и вносить необходимые коррективы и по ходу решения учебной задачи.

##### **Познавательные УУД:**

- анализировать информацию, выбирать рациональный способ решения задачи;

- формулировать проблему;

- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;

- различать обоснованные и необоснованные суждения;

- преобразовывать практическую задачу в познавательную;

##### **Коммуникативные УУД:**

- принимать участие в совместной работе коллектива;

- координировать свои действия с действиями партнеров;

- корректно высказывать свое мнение, обосновывать свою позицию;

- задавать вопросы для организации собственной и совместной деятельности;

- осуществлять взаимный контроль совместных действий принимать самостоятельно решения;

- содействовать разрешению конфликтов, учитывая позиции участников **Предметные результаты:**

- обобщать, делать несложные выводы;

- давать определения тем или иным понятиям;

- выявлять закономерности и проводить аналогии;

- создавать условия, способствующие наиболее полной реализации потенциальных познавательных возможностей всех детей в целом и каждого ребенка в отдельности, принимая во внимание особенности их развития.

- осуществлять **принцип индивидуального и дифференцированного подхода в обучении учащихся** с разными образовательными возможностями.

**Результаты внеурочной деятельности** являются частью результатов освоения основной общеобразовательной программы в соответствии с требованиями ФГОС.

К концу года учащийся овладеет

- Основами спортивной терминологии по спортивным играм, лёгкой атлетике, спортивной гимнастике;
- Технику безопасности, применяемую в базовых видах спорта;
- Правилам судейства соревнований в изучаемых видах спорта
- Историей возникновения Олимпийских игр;
- Правилами здорового образа жизни;
- Техникой и тактикой командных действий;
- Техникой приёма, передачи, подачи мяча в волейболе;
- Техникой ловли-передачи, ведения, бросков мяча в баскетболе;
- Техникой бега на короткие дистанции в лёгкой атлетике;
- Техникой кувырков, прыжков, стоек в гимнастике;
- Навыками оказания первой медицинской помощи при травмах;

**Формами подведения итогов** освоения программы внеурочной деятельности являются:

- создание буклетов, плакатов;
- участие в «Дне здоровья».

### **Содержание программы**

**Сроки реализации программы:** 1 год. Занятия проводятся 1 раз в неделю в течение года. Всего – 34 ч.

Основной **формой** проведения внеурочной деятельности является –**групповая**. Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него. Роль игры в организации досуга занимает важное место в жизни ребёнка, и поэтому рассматривается педагогами как одно из главных средств воспитания.

**Виды деятельности:** занятия физической культуры (классические, интегрированные, комбинированные и смешанные), практические занятия, самостоятельная работа учащихся с литературой, выпуск буклетов, плакатов.

### **Планируемый результат к каждому разделу учебной программы**

Наименование раздела	Планируемые результаты
Спортивная	Выполнять упражнения с мячом: подача, передачи. Играть в мини – лапту по

лапта	упрощенным правилам.
Футбол	Выполнять удары по мячу, осуществлять ведение, передачи мяча, играть в мини-футбол по упрощенным правилам.
Гандбол	Выполнять упражнения с мячом, осуществлять ведение, ловлю и передачи мяча, бросать мяч в ворота, играть в гандбол по упрощенным правилам.
Баскетбол	Выполнять упражнения с мячом, осуществлять ведение, ловлю и передачи мяча, бросать мяч в корзину, играть в баскетбол по упрощенным правилам.
Волейбол	Выполнять упражнения с мячом: передачи мяча, нижнюю боковую подачу. Играть в пионербол с элементами волейбола.

### Тематическое планирование

Дата фактического проведения	№ занятия с начала курса	№ занятия с начала раздела	Что пройдено на уроке
	<b>Введение</b>		
	1	1	Инструктаж по технике безопасности. Основы знаний подвижной и спортивной игр.
	<b>Спортивные игры</b>		
	<b>Волейбол</b>		
	2	1	Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки.
	3	2	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками.
	4	3	Передача на точность. Встречная передача
	5	4	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.
	6	5	Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование.
	7	6	Групповые действия игроков. Взаимодействие игроков передней линии при приеме от подачи
	8	7	Командные действия. Прием подач. Расположение игроков при приеме.

	9	8	Групповые действия игроков.
	10	9	Контрольные игры и соревнования.
<b>Гандбол.</b>			
	11	1	Ручной мяч. Основные правила игры.
	12	2	Спортивная одежда и обувь. Техника игры в нападении и защите.
	13	3	Стойки и перемещения, остановки. Ловля и передача мяча двумя руками на месте и в движении.
	14	4	Ведение мяча и бросок. Отбор и выбивание мяча. Блокирование броска.
	15	5	Игра вратаря. Подготовка к соревнованиям. Соревнования.
<b>Русская лапта</b>			
	16	1	Предупреждение травматизма и оказание первой помощи при обучении детей игре «Русская лапта». Основы техники игры. Техническая подготовка игроков в лапту: стойка игрока, техника ударов битой по мячу, перебежки, осаливание, самоосаливание и переосаливание.
	17	2	Ловля мяча и передача в парах. Выбор биты. Удары битой по мячу сверху.
	18	3	Ловля и передача мяча, осаливание. Двусторонняя игра. Передача, удары битой сверху, метание в цель.
	19	4	Комплексные упражнения, комбинации. Закрепление навыков игры и знакомство с основными правилами
	20	5	Командные игры и соревнования.
<b>Баскетбол.</b>			
	21	1	Основы техники и тактики. Техника нападения. Техника передвижения.
	22	2	Техника владения мячом.
	23	3	Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трехочковой линии.
	24	4	Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости ведения.
	25	5	Ловля мяча двумя руками с низкого отскока, одной рукой на уровне груди.
	26	6	Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.
	27	7	Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока.
	28	8	Взаимодействие игроков с заслонами.
	29	9	Групповые действия.
<b>Футбол</b>			
	30	1	Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой

	31	2	Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения.
	32	3	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.
	33	4	Промежуточная аттестация
	34	5	Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.
<b>Итого</b>	<b>34</b>		

### **Информационно-методическое обеспечение**

- малые и большие мячи, скакалки, канат, скамейки гимнастические, обручи, гантели 1 кг.

#### **Для учителя:**

1. Гришина Г.Н «Любимые детские игры» серия «Вместе с детьми», Москва, ООО «ТЦ Сфера», 1999 г.,-96 с., ISBN 5-89144-012-1;
2. Кенеман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» под ред. Т.И.Осокиной, Москва, Просвещение, 1989 г.- 239 с., ISBN 5-09-002913-X
3. Ковалёва Е.А. «Игры на свежем воздухе для детей и взрослых» серия «Азбука развития», Москва, ООО «ИД РИПОЛ классик», ISBN 978-5-7905-4426-2, ООО «. ДОМ. XXI век, 2007 г.,-189 с., ISBN 978-5-91213-003-8;
4. Ковалько В. И. «Здоровье - сберегающие технологии», Москва «Вако», 2004 г.
5. Колесникова С.В. «Детская аэробика: Методика, базовые комплексы». Ростов н/д.: Феникс, 2005.-157.: ил.- (Школа развития)
6. Осокина Т. И. «Детские подвижные игры народов», Москва «Просвещение», 1989 г.
7. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Начальная школа (сост.Е. С. Савинов). — М. : Просвещение, 2010. (Стандарты второго поколения).
8. Рабочие программы по физической культуре. 1-11 классы (по программам В.И. Ляха) 2007.-126с-(Образовательный стандарт).
9. Степанова О.А «Игра и оздоровительная работа в школе», серия «Игровые технологии», Москва ООО «ТЦ Сфера» 2004 г., ISBN 5-89144-323-6,- 144 с.;
10. Фролов В. Г. «Физкультурные занятия на воздухе с детьми» Москва «Просвещение», 1983 г.
11. ФГОС 2 поколения
12. Шевченко И. В. «Вместе весело играть», Ростов-на-Дону «Феникс», 2002 г.

#### **Интернет-ресурсы**

1. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. — Режим доступа : <http://standart.edu.ru/catalog.aspx?CatalogId=2588>
2. Григорьев, Д. В. Методический конструктор внеурочной деятельности школьников / Д. В. Григорьев, П. В. Степанов. — Режим доступа : <http://www.tiuu.ru/content/pages/228.htm>