



Филиал муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения  
«Солнечная средняя общеобразовательная школа №1»  
«Сытоминская средняя школа»

**Рассмотрено**

на заседании МО классных  
руководителей

Руководитель МО Е.В.Круглякова  
Протокол № 4 от «30» августа 2023 г.

**Утверждаю:**

Директор филиала МБОУ «Солнечная  
СОШ №1» «Сытоминская СШ»

И.Н.Кудина  
Приказ № 198 от «31» августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
по внеурочной деятельности  
Спортивные игры**

**для учащихся 5-8 класса  
на 2023-2024 учебный год**

Рабочую учебную программу составила  
Учитель Сахно Богдан Михайлович

### Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» составлена в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта общего образования. В соответствии со следующими нормативно-правовыми, инструктивно-методическими документами и учебно-методическим комплектом:

- федеральный компонент Государственного образовательного стандарта общего образования, утвержденным приказом Минобразования России от 05.03.2004 г. №1089 «Об утверждении федерального компонента государственных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования»;
- приказ Минобразования России от 09.03.2004 г. №1312 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для общеобразовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования»;
- в соответствии с Образовательной программой основного общего и среднего общего образования муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения "Солнечная средняя общеобразовательная школа №1" филиала «Сытоминская СШ» Сургутского района Ханты- Мансийского автономного округа- Югры.
- рабочая программа опирается на УМК: В.И. Лях, М.Я. Виленский «Физическая культура. Рабочие программы 5-9 классы» (М.: Просвещение, 2016г).

**Цель:** формирование у обучающихся сознательного отношения к своему здоровью, к занятиям физической культурой, овладение навыками игры в баскетбол, волейбол, мини-футбол. Достижение гармоничного развития учащихся в целом.

**Задачи:**

- воспитание у учащихся высоких нравственных, волевых качеств, трудолюбия, активности;
- подготовка физически крепких, ловких, здоровых, сильных и способных преодолевать любые трудности в жизни;
- формирование жизненно важных умений и навыков
- развитие двигательных качеств в спортивных играх - координации, ловкости, выносливости.
- научить играть в баскетбол.

Привить обучающимся любовь и потребность к занятиям физкультурой и спортом.

Возраст детей, участвующих в реализации данной дополнительной образовательной программы рассчитан на детей (учащихся 5-8 класса).

Занятия проходят во внеурочное время один раз в неделю. В школьном учебном плане на дополнительное образование детей по программе «Спортивные игры» 1 час в неделю, 34 часов в год.

Программа рассчитана на один учебный год. В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются личностные, метапредметные и предметные результаты.

*Личностные результаты* обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей; *предметные* – через формирование основных элементов научного знания, а *метапредметные* результаты – через универсальные учебные действия (далее УУД).

**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 исключаящего 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.

**Виды УУД, формируемые на занятиях внеурочной деятельности:**

Личностные	Регулятивные	Познавательные	Коммуникативные
1.Самоопределение 2.Смыслообразование	1.Соотнесение известного и неизвестного 2.Планирование 3.Оценка 4.Способность к волевому усилию	1.Формулирование цели 2.Выделение необходимой информации 3.Структурирование 4.Выбор эффективных способов решения учебной задачи 5.Рефлексия 6.Анализ и синтез 7.Сравнение 8.Классификации 9.Действия постановки и решения проблемы	1.Строить продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами 2.Постановка вопросов 3.Разрешение конфликтов

**Уровни результатов по программе**

**Результаты первого уровня** (приобретение школьником социальных знаний, понимание социальной реальности и повседневной жизни): приобретение школьником знаний о правилах ведения здорового образа жизни, об основных нормах гигиены тела и психогигиены, о технике безопасности на занятиях и правилах бесконфликтного поведения; о принятых в обществе нормах отношения к природе, окружающим людям; об ответственности за поступки, слова и мысли, за свое физическое и душевное здоровье; о неразрывной связи внутреннего мира человека и его внешнего окружения.

**Результаты второго уровня** (формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностного отношения школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре, к природе.

**Результат третьего уровня** (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия): приобретение школьником опыта актуализации спортивно- оздоровительной деятельности в социальном пространстве; опыта заботы о младших, опыта самообслуживания, самооздоровления и самосовершенствования, опыта самоорганизации совместной деятельности с другими школьниками; опыта управления другими и принятия на себя ответственности за здоровье и благополучие других.

### **Учебно-тематический план на учебный год в 5-8 классе**

№ п/п	Спортивные игры	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Баскетбол	12	2	10
2	Волейбол	11	2	10
3	Футбол	11	2	9
	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>	<b>6</b>	<b>29</b>

#### **Содержание рабочей 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 (34 ч):**

##### **Футбол 11 часов**

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 12 часов**

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.

### Баскетбол. 12 часов

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

### Календарно- тематическое планирование 5-8 класс

№ пп	Дата		Темы учебных занятий	Всего часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа
	План	Факт			Теоретическая часть занятия / форма организации деятельности	Практическая часть занятия / форма организации деятельности	
			<b>Баскетбол.</b>	12.ч			
1	02.09.		<b>Вводное занятие.</b>	1			Воспитание привычки к самостоятельным занятиям избранными видами спорта
2	09.09.		Основы техники и тактики.	1	История баскетбола.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	Воспитание привычки к самостоятельным занятиям спортом
3	16.09.		Техника передвижения.	1	Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические	Воспитание дисциплинированности

					поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	действия	
4	23.09.		Повороты в движении.	1	Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Владеть мячом (держать ,передать на расстояние,ловля,ведение,броски).	Воспитание самостоятельности, взаимопомощи
5	30.09.		Сочетание способов передвижений.	1	Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Владеть мячом (держать ,передать на расстояние,ловля,ведение,броски).	Четко выполняет каждое задание педагога

6	07.10.		Техника владения мячом.	1	Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Владеть мячом (держать ,передавать на расстояние,ловля,ведения,броски).	Воспитание дисциплинированности
7	14.10.		Ловля мяча двумя руками с низкого отскока.	1	Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Владеть мячом (держать ,передавать на расстояние,ловля,ведения,броски).	Воспитание дисциплинированности
8	21.10.		Ловля мяча двумя руками с низкого отскока.	1	Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с	Владеть мячом (держать ,передавать на расстояние,ловля,ведения,броски).	Воспитание дисциплинированности



					поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.		
9	28.10		Ловля мяча одной рукой на уровне груди.	1	Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Владеть мячом (держать ,передать на расстояние,ловля,ведение,броски).	Воспитание дисциплинированности
10	11.11.		Броски мяча двумя руками с места.	1	Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Владеть мячом (держать ,передать на расстояние,ловля,ведение,броски). Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями	Воспитание дисциплинированности

						ее реализации; определять наиболее эффективные Воспитание дисциплинированности способы достижения результата.	
11	18.11.		Штрафной бросок	1	Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Владеть мячом (держат ,передать на расстояние,ловля,ведение,броски).	Воспитание привычки к самостоятельным занятиям спортом
12	25.11.		Штрафной бросок	1	Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения	Владеть мячом (держат ,передать на расстояние,ловля,ведение,броски).	Воспитание привычки к самостоятельным занятиям спортом

					результата.		
			<b>Волейбол</b>	<b>12.ч</b>			
13	02.12.		Техника нападения.	1	Краткая характеристика вида спорта. Требования к технике безопасности. Правило игры. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Воспитание привычки к самостоятельным занятиям избранными видами спорта Воспитание привычки к самостоятельным занятиям спортом Воспитание самостоятельности, взаимопомощи
14	09.12.	Действия без мяча.	1				
15	16.12.	Перемещения и стойки.	1				
16	23.12.	Действия с мячом.	1				
17	13.01.	Передача мяча двумя руками.	1				
18	20.01.	Передача на точность.	1				
19	27.01.	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая.	1				
20	03.02.	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая.	1				
21	10.02.	Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками.	1				
22	17.02.	Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками.	1				
23	24.02.	03.03	Техника защиты.	1			
24	03.03.	10.03	Блокирование.	2			
25	10.03	17.03					
			<b>Мини-футбол.</b>	<b>11</b>			
26	17.03.	20.03	Техника передвижения.	1	История футбола. Краткая характеристика вида спорта. Требования к технике безопасности. Правило игры. Формирование умения планировать, контролировать и	Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек Освоение техники приёма и передач мяча Овладение игрой и комплексное развитие психо-	Аккуратен в выполнении практической работы Аккуратен в выполнении практической работы Воспитание привычки к
27	24.03.		Удары по мячу головой, ногой.	1			
28	07.04.		Удары по мячу головой, ногой.	1			
29	14.04.		Остановка мяча.	1			
30	21.04.		Остановка мяча.	1			
31	28.04.		Ведение мяча.	1			
32	05.05.		Обманные движения.	1			
33	12.05.		Отбор мяча.	1			

34	19.05.		Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	1	оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	моторных способностей Развитие координационных способностей (ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроение двигательных действий, дифференцирование силовых, пространственных и временных параметров движений, способностей к согласованию движений и ритму) Развитие выносливости Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей	самостоятельным занятиям избранными видами спорта Воспитание привычки к самостоятельным занятиям спортом Воспитание самостоятельности, взаимопомощи
35	26.05.		Техника игры вратаря.	1			

**В результате изучения дисциплины школьники должны:**

Знать:

- правила игры, основные приемы техники игры в различных видах спорта,
- простейшие индивидуальные, групповые и командные тактические действия,
- историю развития данных видов в России и в мире.
- правила судейства в изучаемых спортивных играх.

Уметь:

- выполнять основные приемы техники игры и применять их в игре;
- соблюдать на практике правила игры, действовать в соответствии с требованиями судейства в различных видах спорта;

- соблюдать правила взаимодействия в процессе спортивной игры;
- осуществлять рефлексию в ходе и по окончании игровой деятельности.

Для обучающихся, посещающих занятия первый год, ставятся частные задачи: укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности; укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие быстроты, гибкости, ловкости; обучение технике стоек и перемещений; привитие стойкого интереса к занятиям физической культурой, выполнение нормативных требований по видам подготовки, вопросы закаливания организма.

#### **Литература**

1. М. Я. Виленский «Физическая культура. 5-7 кл.»: учебник для общеобразовательных учреждений (М :Просвещение,2015).
2. В.И. Лях «Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И. Ляха 5 – 9 классы :пособие для учителей – М : Просвещение 2016