

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Новгородской области

**Комитет по образованию Администрации Старорусского муниципального
района**

МАОУ "Гимназия " г. Старая Русса"

РАССМОТРЕНО

Зам. директора по УВР



Волкова Е.Е.

Протокол педсовета №8
от «29» августа 2024 г.



УТВЕРЖДЕНО

Директор



Афанасьева М.Ф.

Приказ № 246-1

от «29» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Курса внеурочной деятельности «Спортивные игры»

для обучающихся 7,9 классов

Старая Русса, 2024 г.

Пояснительная записка

Общая характеристика курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» для учащихся 7,9 классов

1. Цель курса:

Целью курса является формирование устойчивого интереса к занятию спортивными играми и здоровому образу жизни, совершенствование навыков разносторонней общефизической подготовленности.

Задачи курса:

- формирование устойчивого интереса к играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;
- обогащение двигательного опыта школьников новыми двигательными действиями, обучение правильной технике выполнения элементов спортивных игр;
- содействие развитию двигательных способностей;
- воспитание положительных морально-волевых качеств;
- формирование привычек здорового образа жизни;
- формирование навыков здорового образа жизни средствами тег-регби;
- развитие основных физических качеств, формирование жизненно важных двигательных умений и навыков для игры в тэг-регби.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» для 7,9 классов составлена на основе следующих документов: Федерального закона Российской Федерации от 29.12 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (статья 12, пункт 4.1), Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (пункт 14), на основе рабочей программы В.И. Ляха «Физическая культура» 5-9 классы (М.: Просвещение, 2016 г); практического пособия для проведения занятий по тэг-регби и подготовки команды к соревнованиям (под руководством В.Н.Ковтун; Федерация регби России, 2020); основной образовательной программы основного общего образования МАОУ «Гимназия».

Внеурочный курс «Спортивные игры» для учащихся 7-9 классов ориентирован на создание у школьников представления о технике игры в баскетбол, волейбол, футбол, лапту; на расширение двигательного опыта учащихся, направленных на развитие физических качеств и укрепление здоровья. Образовательный модуль «Тэг-регби» включен в программу внеурочной деятельности «Спортивные игры» только в 7 классе в количестве 6 часов. Преимуществом для выбора спортивной игры тэг-регби является то, что в процессе обучения элементам регби возможность травмирования обучающихся снижена до минимума. Высокая степень организации

и согласованности действий игроков, многофункциональность игровой деятельности обеспечивает развитие ведущих физических качеств и функциональных систем организма. Кроме того, тэг-регби вошло в программу всероссийских Президентских спортивных игр школьников.

Преподавание курса включает в себя проведение теоретических и практических занятий, где большее количество времени занимает практическая часть. Теоретическая часть проходит в форме беседы в процессе занятия, практическая часть включает в себя выполнение контрольных нормативов, участие во внутри гимназических соревнованиях.

2. Место курса в учебном плане:

В соответствии с учебным планом МАОУ «Гимназия» г. Старая Русса на реализацию данного курса в 7,9 классах отводится по 34 часа(1 час в неделю) в каждой параллели классов.

3. Результаты освоения курса внеурочной деятельности в 7, 9 классах: личностные, метапредметные и предметные:

Освоение обучающимися курса внеурочной деятельности предполагает следующие результаты:

Предметные результаты характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности и проявляются в:

- знаниях об основных направлениях развития баскетбола в обществе, о физической культуре и здоровье как факторов полноценного и всестороннего развития личности;
- знания истории и развития регби, олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами; •знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте занятий тэг-регби в организации здорового образа жизни;
- способностях организовывать самостоятельные занятия по играм, подбирать комплексы физических упражнений, регулировать физическую нагрузку в зависимости от задач и индивидуальных особенностей организма;
- двигательных навыках и умениях по основным разделам программы.

Метапредметные результаты проявляются в:

- способах организации и проведения различных форм занятий физической культурой, в их планировании и содержательном наполнении;
- умениях вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих,
- конструктивно разрешать конфликты с учетом интересов сторон и сотрудничества
- рациональное планирование учебной деятельности, умение организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;

- поддержание оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности, активное использование занятий тэг-регби для профилактики психического и физического утомления.

Личностные результаты проявляются в:

- осмысленном восприятии всего разнообразия мировоззрения, существующих в современном мире;
- развитии личностной самоидентификации, гуманитарной культуры школьников, их приобщению к ценностям национальной и мировой культуры,
- усилении мотивации к социальному познанию и творчеству;
- воспитании лично и общественно востребованных качеств, в том числе гражданственности, толерантности;
- умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, а также для достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве.
- владение знаниями по основам организации и проведения занятий по тэг-регби, с учетом индивидуальных особенностями физического развития и физической подготовленности;
- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности по тэг-регби;
- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия по тэг-регби, принимать участие в их организации и проведении.

Направленность курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» для учащихся 7, 9 классов развивающая, он ориентирован на создание у школьников представления о данных спортивных играх, направленных на развитие физических качеств и укрепление здоровья.

4.Содержание внеурочной деятельности «Спортивные игры»

4.1Содержание внеурочной деятельности в 7 классах «Спортивные игры»

	Раздел/тема	Кол-во часов
1	Подвижные игры с элементами спортивных игр. Развитие двигательных качеств	5
2	Баскетбол	18
3	Лапта	5
4	Тэг-регби	6
	Итого:	34 ч

4.2 Содержание внеурочной деятельности в 9 классах «Спортивные игры»

	Раздел/тема	Кол-во часов
1	Техника игры в баскетбол	26
2	Тактические действия в баскетболе	6
4	Контрольные нормативы и соревнования	2
	Итого:	34 ч

5. Методическое обеспечение образовательной деятельности.

□ Лях В.И., Зданевич А.А.. Комплексная программа физического воспитания 1-11 классы. - М.; «Просвещение» 2007г.

□ Под ред. В.И. Ляха Г. А., Л.Б. Кофмана, Г.Б. Мейсона. Развернутое тематическое планирование по комплексной программе. Физическая культура 1-11 классы. Волгоград 2010г.

□ Кузнецов В. С., Колодницкий Г. А. « Планирование и организация занятий. Методическое пособие по физической культуре». – М. ДРОФА 2006 г.

□ Ашмарин Б.А. Теория и методика физического воспитания. М.;

Просвещение 2006 г.

□ Мейсон Г.Б., Любомирский Л.Е. Методика физического воспитания школьников. М.: просвещение 2005 г.

Урочно-тематическое планирование

Курса внеурочной деятельности « Спортивные игры» 7 класс

	Тема	Кол-во

		часов
1	Подвижные игры на развитие быстроты	1
2	Прыжковые упражнения. Игры с прыжками	1
3	Подвижные игры на развитие ловкости	1
4	ИОТ № 32. История баскетбола в России. Терминология игры	1
5	Стойки, остановки, повороты, перемещения	1
6	Ведение мяча с сопротивлением	1
7	Соревнования по баскетболу	1
8	Передачи мяча в парах	1
9	Броски мяча в корзину	1
10	Броски в движении.	1
11	Штрафной и трехочковый бросок	1
12	Ведение, передача, бросок	1
13	Контрольные нормативы	1
14	Финт. Выбивание и перехват	1
15	Тактические взаимодействия	1
16	Бросок двумя в корзину стоя под углом к щиту. Учебная игра	1
17	Соревнования по баскетболу	1
18	Бросок двумя с отскоком от щита	1
19	Бросок двумя в корзину в движении	1
20	Бросок двумя в корзину стоя прямо перед щитом	1
21	Контроль игры 5x5	1
22	Подвижные игры на развитие силы	1
23	Подвижные игры на развитие координации	1
24	История спортивной лапты. ИОТ №32. Правила соревнований	1
25	Обучение приемам техники перемещений. Удар битой по мячу	1
26	Ловля с передвижениями в парах. Удар свечкой	1
27	Контрольные нормативы по лапте. Боковой удар	1
28	Ловля и передача мяча в парах. Игра в лапту	1
29	Правила безопасности в соревновательной деятельности по регби. Подвижные игры с элементами тэг-регби: «Закрой игрока и перехвати передачу», «Пионербол двумя регбийными мячами», «Выполни заданное количество передач»	1
30	Правила игры в тэг-регби. Подвижные игры с элементами тэг-регби: «Ботва», «Регбийные рыбаки и рыбки», «Тэг-регби 3x3 по упрощенным правилам», «Атака города», «Атака города по выбору», эстафеты с регбийным мячом	1
31	Техника срывания ленты; техника перемещения с мячом; финты	1
32	Передача мяча стоя на месте и в движении. Стойки и перемещения	1
33	Имитация защиты уходом (вправо, влево, назад). Перемещение с мячом: двойной шаг. Бег с изменением скорости и смены направления движения	1
34	Учебные игры в тэг-регби по упрощенным правилам 3x3	1

Итого:	34 ч
--------	------

Урочно- тематическое планирование

Курса внеурочной деятельности« Спортивные игры» 9 класс

	Тема	Кол- во часов
1	ИОТ № 32. Баскетбол. Повороты	1
2	Остановка в шаге, в прыжке	1
3	Передача и ловля в парах на месте	1
4	Передача двумя от груди, от плеча	1
5	Передача двумя снизу, с отскоком от пола	1
6	Ведение со сменой рук	1
7	Ведение с высоким и низким отскоком	1
8	Ведение по прямой, передача	1
9	Ведение по дуге	1
10	Ведение по кругу. Техника перемещений	1
11	Остановка мяча в движении	1
12	Остановка мяча в шаге	1
13	Комбинация из освоенных элементов	1
14	Броски в корзину с места	1
15	Бросок двумя от груди с места	1
16	Бросок одной от плеча с места	1
17	Бросок двумя сверху	1
18	Бросок двумя с отскоком от щита	1
19	Бросок двумя в корзину в движении	1
20	Бросок двумя в корзину стоя прямо перед щитом	1
21	Бросок двумя в корзину стоя под углом к щиту	1
22	Выход для получения мяча	1
23	Выход для отвлечения мяча	1
24	Вырывание из рук соперника на месте	1
25	Выбивание из рук соперника на месте	1
26	Вырывание из рук соперника в игре	1
27	Финты (отвлекающие приемы)	1
28	Финты с мячом: финт «уходом»	1
29	Индивидуальные действия в нападении и защите	1
30	Защитные действия: вырывание, выбивание, перехват	1
31	Взаимодействие двух игроков в защите	1
32	Тактика игры. Опека игрока	1
33	Итоговые контрольные нормативы	1
34	Контрольная игра	1
	Итого:	34

