

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №3 г.Алзамай»

РАССМОТРЕНА  
на заседании  
методического объединения  
учителей физической культуры  
(протокол от 30.08.2024 №1)

УТВЕРЖДЕНА  
приказом  
МКОУ «СОШ №3 г.Алзамай»  
от 30.08.2024г. № 138-од

**Рабочая программа  
внеурочной деятельности  
«Мир спортивных игр»**

Возраст детей: 11-12 лет

Срок реализации программы: 1 год

ФИО учителя, составившего рабочую программу: Головина О.А

г. Алзамай  
2024г.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Мир спортивных игр» составлена на основе Требований к результатам освоения программы основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, ориентирована на целевые приоритеты, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания

## I. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

### **Баскетбол**

*Теория:* История возникновения игры. Правила игры. Организация и проведения соревнований.

*Практика:* Перемещения, остановки, повороты. Бег с изменением скорости, направления. Ловля и передача мяча двумя руками от плеча в парах, в тройках, на месте в движении. Броски мяча в корзину одной рукой от плеча с близкого расстояния после остановки и после ведения.

Ведение мяча с изменением направления после ловли в движении и ведение мяча с ускорением.

Сочетание изученных приёмов и применение их в игре 1х2, 2х2, 2х3, 3х3.

Индивидуальные действия в нападении и защите, выбивание и вырывание мяча, держание игрока без мяча и с мячом.

### **Пионербол**

*Теория:* История возникновения игры. Правила игры. Организация и проведения соревнований. Обучение техники нападения.

*Практика:* Подводящие и подготовительные упражнения.

Техника защиты. Игровые упражнения с включением основных приёмов игры в нападении и защите. Учебная игра.

### **Волейбол**

*Теория:* История возникновения игры. Правила игры. Организация и проведения соревнований.

*Практика:* Обучение техники нападения:

- а) Стойки, перемещения;
- б) Передача мяча сверху двумя руками стоя лицом, спиной в направлении передачи;
- в) Поддача мяча: нижняя прямая, верхняя прямая;
- г) Нападающий удар. Подводящие и подготовительные упражнения.

Техника защиты:

- а) Стойки, перемещения;
- б) Приём мяча снизу;
- в) Блокирование.

### **Бадминтон**

*Теория:* История возникновения игры. Правила игры. Организация и проведения соревнований. *Практика:* Обучение техники нападения:

- а) атакующие удары справа, слева, сверху, снизу;
- б) удары внутренней и внешней стороной ракетки.

Техника защиты. Подводящие и подготовительные упражнения.

## II. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

### **Личностные результаты**

В результате изучения курса у обучающегося будут сформированы:

- чувство дружбы, товарищества, взаимопомощи
- чувство ответственности, уважения, дисциплинированности, активности
- самостоятельность, инициативность и творчество; смелость, стойкость, решительность, выдержка, мужество;
- культура здорового и безопасного образа жизни при проведении занятий и в повседневной жизни.

#### **Гражданско-патриотическое воспитание:**

- готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся спортсменов-олимпийцев.

#### **Духовно-нравственное воспитание:**

- готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях;

#### **Эстетическое воспитание:**

- умение длительно сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения и передвижений;
- умение передвигаться и выполнять сложно координационные движения красиво легко и непринужденно.

#### **Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:**

- готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах, соблюдать правила техники безопасности во время занятий;
- стремление к физическому совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта;
- осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом;
- осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;
- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;
- готовность соблюдать правила безопасности во время занятий, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;
- освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий на занятиях, игровой и соревновательной деятельности;
- повышение компетентности в организации самостоятельных занятий, планировании их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и потребностей;
- формирование представлений об основных понятиях и терминах физического

воспитания и спортивной тренировки, умений руководствоваться ими в познавательной и практической деятельности, общении со сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях.

#### **Трудовое воспитание:**

- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

#### **Экологическое воспитание:**

- осмысление исторического опыта взаимодействия людей с природной средой;
- осознание глобального характера экологических проблем современного мира и необходимости защиты окружающей среды;
- активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде;
- готовность к участию в практической деятельности экологической направленности.

#### **Ценности научного познания:**

- осмысление значения истории как знания о развитии человека и общества, о социальном, культурном и нравственном опыте предшествующих поколений;
- овладение навыками познания и оценки событий прошлого с позиций историзма;
- формирование и сохранение интереса к истории как важной составляющей современного общественного сознания;

#### **Метапредметные результаты**

##### **Универсальные познавательные учебные действия**

- двигательные действия, составляющие содержание подвижных и спортивных игр;
- умения в самостоятельной организации и проведении подвижных и спортивных игр.

##### **Универсальные коммуникативные учебные действия:**

- выбирать, анализировать и систематизировать информацию из разных источников об образцах техники выполнения разучиваемых упражнений, правилах планирования самостоятельных занятий физической и технической подготовкой;
- описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, выделять фазы и элементы движений, подбирать подготовительные упражнения и планировать последовательность решения задач обучения; оценивать эффективность обучения посредством сравнения с эталонным образцом;
- наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими учащимися, сравнивать её с эталонным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы их устранения;
- изучать и коллективно обсуждать технику «иллюстративного образца» разучиваемого упражнения, рассматривать и моделировать появление ошибок, анализировать возможные причины их появления, выяснять способы их устранения.

##### **Регулятивные учебные действия:**

- активно взаимодействовать в условиях учебной и игровой деятельности, ориентироваться на указания учителя и правила игры при возникновении конфликтных и нестандартных

ситуаций, признавать своё право и право других на ошибку, право на её совместное исправление;

- разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно взаимодействуют при совместных тактических действиях в защите и нападении, терпимо относятся к ошибкам игроков своей команды и команды соперников;
- организовывать оказание первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, применять способы и приёмы помощи в зависимости от характера и признаков полученной травмы.
- Объяснять причины достижения (не достижения) результатов деятельности, давать оценку приобретённому опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;
- Различать, называть и управлять собственными эмоциями и эмоциями других;
- Выявлять и анализировать причины эмоций;
- Регулировать способ выражения эмоций;
- осознанно относиться к другому человеку, его мнению;
- признавать своё право на ошибку и такое же право другого;
- принимать себя и других, не осуждая;
- осознавать невозможность контролировать все вокруг;

### **Предметные результаты**

К концу обучения обучающийся научится:

- правилам игры, основным приемам техники игры в различных видах спорта,
- выполнять простейшие индивидуальные, групповые и командные тактические действия,
- излагать историю развития данных видов в России и в мире.
- правилам судейства в изучаемых спортивных играх.
- 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 рефлекссию в ходе и по окончании игровой деятельности.

## **III. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема, раздел, курс</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Форма проведения занятий</b>	<b>Электронно-образовательные ресурсы</b>
1	Баскетбол	10	Спортивная игра	
2	Пионербол	6	Спортивная игра	
3	Волейбол	11	Спортивная игра	
4	Бадминтон	7	Спортивная игра	
	Итого:	34		