

**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Шило – Голицынская средняя общеобразовательная школа  
Ртищевского района Саратовской области»**

«Рассмотрено» на заседании МО Протокол №1 от 29.08.2023	«Согласовано» заместителем директора по УВР 29.08.2023г	«Утверждено» приказом №484-о от 30.08.2023г.
---	---	---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по внеурочной деятельности  
«ОФП. Спортивные игры»**

**для обучающихся 9 класса**

Принято на заседании  
педагогического совета  
протокол № 1 от 30.08.2023 г

2023-2024 учебный год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

- Федерального Государственного стандарта основного общего образования

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;
- Техники и тактикой командных действий;
- Техники приёма, передачи, подачи мяча в волейболе;
- Техники ловли-передачи, ведения, бросков мяча в баскетболе;
- Техники бега на короткие дистанции в лёгкой атлетике;
- Техники 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».

## РАЗДЕЛ II

### 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.

### Учебно-тематический план

№ п/п	Тема	Содержание
1.	Введение	(1ч.) Знакомство с программой занятий. Основы знаний о спортивных и подвижных играх: понятия правил игры, выработка правил игры. Инструктаж по технике безопасности. Разработка макетов буклетов по видам игр.
2.	Спортивные игры Футбол Русская лапта Волейбол Гандбол. Баскетбол.	(33ч.) Бег в среднем темпе, эстафеты с мячом, самостоятельно играют в разученные игры с мячом. В содержание включаются такие подвижные игры: Эстафеты с ведением мяча, с передачей после ведения, змейкой и зигзагом, эстафета «Забрось мяч в кольцо» , «Школа мяча» , «Перестрелка» , «Лапта», «Запятнай последнего» , «10 передач» , «Пять бросков», «Эстафета футболистов», «Эстафета баскетболистов».
ИТОГО		(34ч.)

## РАЗДЕЛ III

### Календарно-тематическое планирование

№п\п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	фактическая дата
	<b>Введение</b>	<b>1</b>		
1	Инструктаж по технике безопасности. Основы знаний подвижной и спортивной игр.	1		
	<b>Спортивные игры</b>	<b>33</b>		
	<b>Волейбол</b>	<b>9</b>		

2	Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки.	1		
3	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками.	1		
4	Передача на точность. Встречная передача	1		
5	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.	1		
6	Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование.	1		
7	Групповые действия игроков. Взаимодействие игроков передней линии при приеме от подачи	1		
8	Командные действия. Прием подач. Расположение игроков при приеме.	1		
9	Групповые действия игроков.	1		
10	Контрольные игры и соревнования.	1		
<b>Гандбол.</b>		<b>5</b>		
11	Ручной мяч. Основные правила игры.	1		
12	Спортивная одежда и обувь. Техника игры в нападении и защите.	1		
13	Стойки и перемещения, остановки. Ловля и передача мяча двумя руками на месте и в движении.	1		
14	Ведение мяча и бросок. Отбор и выбивание мяча. Блокирование броска.	1		
15	Игра вратаря. Подготовка к соревнованиям. Соревнования.	1		
<b>Русская лапта</b>		<b>5</b>		
16	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.	1		
17	Ловля мяча и передача в парах. Выбор биты. Удары битой по мячу сверху.	1		
18	Ловля и передача мяча, осаливание. Двусторонняя игра. Передача, удары битой сверху, метание в цель.	1		
19	Комплексные упражнения, комбинации. Закрепление навыков игры и знакомство с основными правилами	1		
20	Командные игры и соревнования.	1		
<b>Баскетбол.</b>		<b>9</b>		
21	Основы техники и тактики. Техника нападения. Техника передвижения.	1		
22	Техника владения мячом.	1		
23	Броски мяча двумя руками с места.	1		

	Штрафной бросок. Бросок с трехочковой линии.			
24	Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости ведения.	1		
25	Ловля мяча двумя руками с низкого отскока, одной рукой на уровне груди.	1		
26	Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.	1		
27	Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока.	1		
28	Взаимодействие игроков с заслонами.	1		
29	Групповые действия.	1		
<b>Футбол</b>		<b>5</b>		
30	Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой	1		
31	Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения.	1		
32	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.	1		
33	Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	1		
34	Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.	1		
	<b>Итого</b>	<b>34</b>		

### Информационно-методическое обеспечение

- малые и большие мячи, скакалки, канат, скамейки гимнастические, обручи, гантели 1 кг, диски CD с фонограммами, музыкальный центр.

#### 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>