

**Республика Карелия**  
**Администрация Прионежского муниципального района**  
**МОУ «НОВОВИЛГОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №3»**

Рассмотрено на заседании  
педсовета **Протокол**  
№ \_\_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 2024 г.

Утверждаю:  
**Директор Корнева А.А.**  
**МОУ «СОШ №3 п. Новая Вилга»**  
**Приказ № от «\_\_» \_\_\_\_\_ 2024г.**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**внеурочной деятельности**

**спортивно – оздоровительной направленности**

**«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»**

**Возраст детей –16-17лет**

**Срок реализации программы -2 года**

**Составитель программы:**

**Майорова О.Л., учитель физической культуры**  
**высшая квалификационная категория**

**п. Новая Вилга**

**2024 год**

## Пояснительная записка

В системе физического воспитания школьников. Рабочая программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ (в ред. Федерального закона от 07.05.2013 №99-ФЗ);
- СанПин 2.4.4.3172-14 " Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей", утверждено постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 №41;
- Концепция развития дополнительного образования детей;
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденным приказом Минобрнауки России от 29.08.2013 № 1008

**Актуальность программы** заключается в том, в процессе освоения данной программы учащиеся имеют возможность расширить свои теоретические знания и приобрести практические навыки в баскетболе и волейболе. Программа «Спортивные игры» является продолжением курса «Физическая культура», раздела «Спортивные игры».

**Цель:** развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии физических способностей и показателей физической подготовленности, формирование потребности в систематическом занятии физической культурой и спортом.

### **Задачи:**

- формирование здорового образа жизни;
- обучение жизненно важным двигательным компетенциям;
- воспитание дисциплинированности,
- формирование коммуникативных компетенций;
- совершенствование тактических действий в и игре.

Программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» (далее – Программа) предназначена для обучающихся 10-11 классов.

**Объем программы:** общее число часов 68 часов: в 10 классе –34 часа, в 11 классе -34 часа.

**Режим занятий:** 1 раз в неделю, 40 минут

**Возраст учащихся:** 16-17 лет

### **Общая характеристика курса**

В основе программы лежит системно-деятельностный подход, который создает основу для успешного совершенствования обучающимися различных компетенций в спортивных играх. Данная программа имеет оздоровительное, спортивное и общеразвивающее значение и направлена на развитие и повышение уровня физической подготовленности обучающихся. Программа внеурочной деятельности имеет физкультурно-спортивную и оздоровительную направленность. Особенность программы заключается в поливариантности программно-методического арсенала, что позволяет из множества вариантов содержания и видов спортивнооздоровительной и образовательной деятельности по физической культуре делать выбор игр, соответствующих возможностям обучающихся, их возрастно-половым особенностям, устремлениям и интересам. При этом содержание соотносится с учебным материалом по физической культуре в соответствии с программой.

### **Планируемые результаты**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы среднего общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данный курс направлен на достижение обучающимися определенных результатов.

## **Личностные результаты**

### **Обучающийся научится:**

- формировать осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку;
- осваивать социальные нормы, правила поведения, роли и формы социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований;
- планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха;
- принимать активное участие в организации и проведении совместных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий;
- развивать моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем на основе личного выбора, формировать нравственные чувства;
- содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

### **Обучающийся получит возможность научиться:**

- владеть знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний, травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;
- принимать активное участие в организации и проведении совместных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий;
- формировать потребности иметь хорошее телосложение в соответствии с принятыми нормами и представлениями;

- владеть умением осуществлять поиск информации по вопросам современных оздоровительных систем (в справочных источниках, учебнике, в сети Интернет и др.), а также обобщать, анализировать и применять полученные знания в самостоятельных занятиях физическими упражнениями и спортом.

**Личностные результаты** отражаются в готовности обучающихся к саморазвитию индивидуальных свойств личности, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Они включают в себя основы гражданской идентичности, сформированную мотивацию к обучению; и познанию в сфере физической культуры, умения использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

### **Метапредметные результаты**

#### **Обучающийся научится:**

- самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

- формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

- работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;

- овладевать сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека, в развитии его сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;

- бережно относиться к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявлять доброжелательность и отзывчивость к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;

- добросовестно выполнять учебные задания, осознанно стремиться к освоению новых знаний и умений, повышающих результативность выполнения заданий;

- знать факторы, потенциально опасных для здоровья (вредные привычки, ранние половые связи, допинг), и их опасных последствий;

- владеть способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержанием.

### **Обучающийся получит возможность научиться:**

- соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;

- понимать культуру движений человека, постигать значения овладения жизненно важными двигательными умениями и навыками, исходя из целесообразности и эстетической привлекательности.

## **Содержание программного материала**

### **Основы знаний**

Правила поведения и техника безопасности при проведении спортивных игр.  
Правила проведения соревнований по волейболу, баскетболу.

## Развитие двигательных способностей

Упражнения, направленные на развитие двигательных способностей (подготовка к выполнению спортивных нормативов). Упражнения для развития гибкости, силы, быстроты, выносливости, ловкости.

## Спортивные игры

Баскетбол: правила игры, правила проведения соревнований, передвижения и остановки без мяча, ловля мяча, передача мяча, ведение мяча, броски мяча, отбор мяча, выполнение комбинаций из освоенных элементов, тактические действия в игре, учебная игра, осуществление судейства.

Волейбол: правила игры, правила проведения соревнований, перемещения, передачи мяча, подача мяча, прием мяча с подачи, тактические действия в игре, учебная игра, осуществление судейства.

## Календарно- тематическое планирование

### 10 класс

№ п/п	Название раздела. Тема занятий	Кол-во часов	Формы контроля
1.	Инструктаж по Т/Б. Физическая культура – важнейшее средство воспитания и укрепления здоровья учащихся. ОФП.	1	беседа, практическое занятие
2.	Спортивная подготовка (СФП) по баскетболу	1	практическое занятие
3.	Спортивная подготовка (СФП) по баскетболу	1	практическое занятие
4.	Совершенствование техники ведения мяча и во взаимодействии с партнером	1	практическое занятие
5.	Совершенствование техники ведения мяча и во взаимодействии с партнером	1	практическое занятие

6.	Совершенствование техники броска мяча в корзину в движении	1	практическое занятие
7.	Совершенствование техники броска мяча в корзину в движении	1	практическое занятие
8.	Техническая подготовка в баскетболе	1	практическое занятие
9.	Тактическая подготовка в баскетболе	1	практическое занятие
10.	Развитие координационных способностей средствами игры баскетбол	1	практическое занятие
11.	Развитие скоростных и силовых способностей средствами игры баскетбол	1	практическое занятие
12.	Развитие выносливости средствами игры баскетбол	1	практическое занятие
13.	Техника судейства игры баскетбол	1	практическое занятие
14.	Тренировочные игры по баскетболу	1	практическое занятие
15.	Тренировочные игры по баскетболу	1	практическое занятие
16.	Тренировочные игры по баскетболу	1	практическое занятие
17.	Тренировочные игры по баскетболу	1	практическое занятие
18.	Спортивная подготовка (СФП) по волейболу	1	практическое занятие
19.	Спортивная подготовка (СФП) по волейболу	1	практическое занятие
20.	Спортивная подготовка (СФП) по волейболу	1	практическое занятие



21.	Общefизическая подготовка средствами игры волейбол	1	практическое занятие
22.	Совершенствование техники нападающего удара	1	практическое занятие
23.	Совершенствование техники одиночного блока	1	практическое занятие
24.	Совершенствование тактической действий во время защиты и нападения в условиях учебной и игровой деятельности	1	практическое занятие
25.	Техническая подготовка в волейболе	1	практическое занятие
26.	Тактическая подготовка в волейболе	1	практическое занятие
27.	Развитие скоростных способностей средствами игры волейбол	1	практическое занятие
28.	Развитие силовых способностей средствами игры волейбол	1	практическое занятие
29.	Развитие координационных способностей средствами игры волейбол	1	практическое занятие
30.	Развитие выносливости средствами игры волейбол	1	практическое занятие
31.	Техника судейства игры волейбол	1	практическое занятие
32.	Тренировочные игры по волейболу	1	практическое занятие
33.	Тренировочные игры по волейболу	1	практическое занятие
34.	Тренировочные игры по волейболу	1	практическое занятие
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ 34 ЧАСА</b>			

тематическое планирование

11 класс

№ п/п	Название раздела. Тема занятий	Кол-во часов	Формы контроля
1.	Инструктаж по Т/Б. Здоровый образ жизни современного человека	1	беседа, практическое занятие
2.	Спортивная подготовка (СФП) по баскетболу	1	практическое занятие
3.	Спортивная подготовка (СФП) по баскетболу	1	практическое занятие
4.	Совершенствование техники перехвата мяча, на месте и при передвижении	1	практическое занятие
5.	Совершенствование техники перехвата мяча, на месте и при передвижении	1	практическое занятие
6.	Совершенствование техники передачи и броска мяча во время ведения	1	практическое занятие
7.	Совершенствование техники выполнения штрафного броска	1	практическое занятие
8.	Совершенствование технической и тактической подготовки в баскетболе в условиях учебной и игровой деятельности	1	практическое занятие
9.	Совершенствование технической и тактической подготовки в баскетболе в условиях учебной и игровой деятельности	1	практическое занятие
10.	Совершенствование технической и тактической подготовки в баскетболе в условиях учебной и игровой деятельности	1	практическое занятие
11.	Развитие скоростных и силовых способностей средствами игры баскетбол	1	практическое занятие
12.	Развитие координационных способностей средствами игры баскетбол	1	практическое занятие

13.	Развитие выносливости средствами игры баскетбол	1	практическое занятие
14.	Техническая подготовка в баскетболе	1	практическое занятие
15.	Тренировочные игры по баскетболу	1	практическое занятие
16.	Тренировочные игры по баскетболу	1	практическое занятие
17.	Судейство соревнований	1	практическое занятие
18.	Спортивная подготовка (СФП) по волейболу	1	практическое занятие
19.	Тактическая подготовка в баскетболе	1	практическое занятие
20.	Спортивная подготовка (СФП) по волейболу	1	практическое занятие
21.	Общеспортивная подготовка в волейболе	1	практическое занятие
22.	Совершенствование техники нападающего удара в условиях моделируемых игровых ситуаций	1	практическое занятие
23.	Совершенствование техники приема мяча в условиях моделируемых игровых ситуаций	1	практическое занятие
24.	Совершенствование техники подачи мяча в условиях учебной игровой деятельности	1	практическое занятие
25.	Совершенствование технической и тактической подготовки в волейболе в условиях учебной и игровой деятельности	1	практическое занятие
26.	Развитие скоростных способностей средствами игры волейбол	1	практическое занятие
27.	Развитие силовых способностей средствами игры волейбол	1	практическое занятие

28.	Развитие координационных способностей средствами игры волейбол	1	практическое занятие
29.	Развитие выносливости средствами игры волейбол	1	практическое занятие
30.	Техническая подготовка в волейболе	1	практическое занятие
31.	Тактическая подготовка в волейболе	1	практическое занятие
32.	Тренировочные игры по волейболу	1	практическое занятие
33.	Тренировочные игры по волейболу	1	практическое занятие
34.	Тренировочные игры по волейболу	1	практическое занятие
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ 34 ЧАСА</b>			

### Ожидаемые результаты

**Учащиеся должны знать:**

- Правила игры.
- Методику проведения подготовительной части урока.
- Методику обучения основным приемам техники игры.
- Простейшие индивидуальные, групповые и командные тактические действия.

**Учащиеся должны уметь:**

- Выполнять основные приемы техники игры и применять их в игре.
- Действовать организованно в игровом коллективе.

## Материально-техническое обеспечение

№ п/п	Наименование	Имеется в наличии
1.	Скамейки	5шт.
2.	Шведская лестница	10шт.
3.	Баскетбольная сетка	5шт.
4.	Скакалки	30шт.
5.	Мячи баскетбольные	25шт.
6.	Набивные мячи	18шт.
7.	Кегли	32шт.
8.	Форма игровая	20 шт.

### МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Внеурочная деятельность учащихся. Совершенствование видов двигательных действий в физической культуре: пособие для учителей и методистов/В.С.Кузнецов, Г.А.Колодницкий, -М,: Просвещение,2018
2. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/ Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов , М.В.Маслов -М,: Просвещение,2017
3. Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол: пособие для учителей и методистов/В.С.Кузнецов, Г.А.Колодницкий, -М,: Просвещение, 2018 5\

### ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

[http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?subject\[\]=38](http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?subject[]=38)

[http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat\\_no=22924&tmpl=com](http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com)

[http://metodsovet.su/dir/fiz\\_kultura/9](http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9)

