

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 15**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по внеурочной деятельности
«Мир спортивных игр»**

Возраст: 12-13 лет

Срок реализации: 1 год

г. Комсомольск-на-Амуре, 2025

1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса по внеурочной деятельности «Спортивные игры» составлена на основе следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 3.07.2016) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 1.09.2016)

2. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (далее – ФГОС ООО), утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.05.2021 № 287;

3. Письмо Департамента общего образования Минобрнауки России от 12.05.2011 г. № 03- 296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;

4. Санитарно-эпидемиологические правила "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях. СанПин 2.4.2.2821-10» (ред. 24.11.2015);

5. Учебный план внеурочной деятельности МОУ СОШ №15 на 2025-2026 учебный год;

6. «Внеурочная деятельность учащихся», Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В.Маслов, М.: Просвещение, 2021

Данная программа внеурочной деятельности имеет спортивно-оздоровительную направленность, рассчитана на 1 год, всего 35 часа (по 1 часу в неделю).

2.ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностными результатами освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, ситуациях.

В результате изучения внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности «Мир спортивных игр» школьники должны:

Знать:

- правила игр, 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 подвижных играх;
- основы истории развития физической культуры;
- физиологические основы деятельности систем дыхания, кровообращения и энергообеспечения при мышечных нагрузках, возможности их развития;
- индивидуальные способы контроля;
- правила личной гигиены, правила техники безопасности при проведении подвижных игр и внеурочных занятий профилактику травматизма.

Уметь:

- выполнять основные приемы техники игр и применять их в игре;
- соблюдать на практике правила игр, 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;
- соблюдать правила безопасности на занятиях физической культурой;
- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием;
- демонстрировать двигательные умения и навыки.

Формы занятий

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

3.СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

№	Название раздела	Теория: Основные теоретические понятия	Практика: Примерное содержание деятельности	Оборудование, оснащённость	Место проведения
1	Бадминтон	- История возникновения игры. - Правила игры. – Организация и проведения соревнований. - Инструктаж по ТБ на занятиях бадминтоном.	- ОФП - СФП - Обучение техники нападения. Подводящие и подготовительные упражнения. -Техника защиты. Игровые упражнения с включением основных приёмов игры в нападении и защите. Учебная игра.	Ракетка, гимнастические скакалки, волан, свисток.	Спортзал школы, спортивная площадка.
2	Баскетбол	- История возникновения игры. - Правила игры. – Организация и проведения соревнований.	-ОФП - СФП - Перемещения, остановки, повороты. – Бег с изменением скорости, направления. - Ловля и передача мяча двумя руками от	Баскетбольные мячи, гимнастические скамейки, скакалки, свисток.	Спортзал школы, спортивная площадка.

		- Инструктаж по ТБ на занятиях баскетболом.	плеча в парах, в тройках, на месте и в движении. - Броски мяча в корзину одной рукой от плеча с близкого расстояния после остановки и после ведения. - То же со средней дистанции. -Ведение мяча с изменением направления после ловли в движении и ведение мяча с ускорением. - Сочетание изученных приёмов и применение их в игре. - Индивидуальные действия в нападении и защите, выбивание и вырывание мяча, держание игрока без мяча и с мячом.		
3	Футбол	- История возникновения игры. - Правила игры. – Организация и проведения соревнований. - Инструктаж по ТБ на занятиях баскетболом.	-ОФП - СФП - Перемещения, остановки, повороты. – Бег с изменением скорости, направления. Обучение технике владения мячом: а) ведение мяча; б) удары по мячу; в) отбор мяча, финты; - Сочетание изученных приёмов и применение их в игре. -Индивидуальные и групповые действия в нападении и защите. - Тактические действия.	Футбольные мячи, набивные мячи, конусы, гимнастические скамейки, скакалки, свисток.	Спортивная площадка школы.

4.КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ урока	Тема раздела, урока	Дата	Примечание
Футбол			
1	Правила техники безопасности на занятиях мини-футболом		
2	Правила ТБ при выполнении упражнений		
3	Удар внутренней стороной стопы по мячу, катящемуся навстречу		
4	Остановка грудью летящего мяча		
5	Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов		
6	Остановка всеми изученными способами с последующей передачей		
7	Ведение мяча серединой подъёма и носком		
8	Ведение мяча финтами		
9	Ведение мяча серединой подъёма и носком		
10	Ведение мяча всеми изученными способами увеличивая скорость		
11	Отбор мяча. Выбрать момент для отбора		
12	Выполнение обманных движений в единоборстве		
13	Взаимодействие с партнерами при передаче мяча		
14	Комбинация в парах: «Стенка»		
15	Атака из стандартных положений		
16	Игра в «Пятнашки» в парах на ограниченной площади		
17	Подвижные игры с изученными элементами футбола		
18	Контрольная игра		
Бадминтон			
19	Техника выполнения упражнений в паре с двумя воланами		
20	Перемещения с воланом и ракеткой		
21	Смена хвата и работа ног		
22	Игра у сетки и выпады		
23	Игра у сетки и начало игры		
24	Короткая подача слева.		
25	Обмен ударами с передней части корта		
26	Подача и обмен ударами		
27	Отброс слева снизу у сетки на заднюю часть корта		

28	Отброс справа с уровня ниже уровня сетки в заднюю часть корта		
29	Эстафеты с ракеткой и воланом		
30	Подвижные игры: «Бой с тенью», «Падающий волан с ракеткой», «Бадминтон левыми руками»		
Баскетбол			
31	Ведение с разной высотой отскока.		
32	Ведение с изменением направления		
33	Прием и передача мяча		
34	Броски и вбрасывания мяча		
35	Приемы игры в защите		

5.РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1. Учебно-методическая литература:

1.1. Учебники и пособия, которые входят в предметную линию учебников М. Я. Виленского, В. И. Ляха: Физическая культура. 5—7 классы/Под редакцией М. Я. Виленского.

- М. Я. Виленский, В. Т. Чичикин. Физическая культура. Методические рекомендации. 5—7 классы.
- В.И. Лях. Физическая культура. Тестовый контроль. 5—9 классы (серия «Текущий контроль»).
- Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов. Внеурочная деятельность учащихся. Лёгкая атлетика (серия «Работаем по новым стандартам»).
- Г.А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол (серия «Работаем по новым стандартам»)

1.2. Учебная, научная, научно-популярная литература по физической культуре и спорту, олимпийскому движению.

1.3. Методические издания по физической культуре для учителей

1.4. Федеральный закон «О физической культуре и спорте»

2. Технические средства обучения

2.1. Мультимедийный центр

2.2. Компьютер

2.3. Учебные кинофильмы

2.4. Аудиозаписи

3. Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование

3.1. Мяч малый (теннисный)

3.2. Палка гимнастическая

3.3. Обруч гимнастический

3.4. Корзина для переноски мячей

3.5. Конусы

Подвижные и спортивные игры

3.6. Мячи волейбольные и баскетбольные

3.7. Стойки волейбольные универсальные

3.8. Сетка волейбольная

3.9. Табло перекидное

3.10. Свисток

3.11. Скакалки

3.12. Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 527227426247742686294735902159890388589213147286

Владелец Маслова Ирина Геннадьевна

Действителен с 16.09.2025 по 16.09.2026