

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Астраханской области**

**АМО "Икрянинский муниципальный район Астраханской области"**

**МКОУ "Ново-Булгаринская СОШ"**

**РАССМОТРЕНО**

Заседание

педагогического совета

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора

по УВР

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МКОУ

"Ново-Булгаринская  
СОШ"

\_\_\_\_\_  
Протокол №1 от «29» 08  
2024 г.

*И.Г. Захарова*

Захарова И.Г.

\_\_\_\_\_  
Самитова С.Р.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

(ID 5972943)

**"Спортивные игры"**

для обучающихся 10 класса

**с.Ново-Булгары**

**2024**

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа по внеурочной деятельности «Спортивные игры» для учащихся 10 класса разработана в соответствии с требованиями ФГОС ООО и на основании рекомендаций Департамента развития системы физкультурно-спортивного воспитания Министерства образования и науки Российской Федерации и направлена:

- на увеличение двигательной активности;
- развитие физических способностей учащихся;
- вовлечение и выполнение нормативов ФСК ГТО.

Игра – исключительно ценный способ вовлечения школьников в двигательную деятельность. Спортивные игры на занятиях используются для решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач. В играх главное внимание обращается на оздоровительную сторону, развитие физических способностей, 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 спорта, так и в обычной жизни.

**Цель программы:** развитие двигательной активности учащихся, достижение положительной динамики в развитии физических способностей и показателей физической подготовленности, формирование потребности в систематическом занятии физической культурой и спортом, участие в выполнении испытаний ФСК ГТО.

**Задачи:**

- формирование здорового образа жизни;
- обучение жизненно важным двигательным компетенциям;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций;
- совершенствование тактических действий в и игре
- подготовка и участие во ВФСК «ГТО»

### **Общая характеристика программы**

В основе программы лежит системно-деятельностный подход, который создает основу для успешного совершенствования обучающимися различных компетенций в спортивных играх.

Программа составлена с учетом особенности работы образовательного учреждения, в образовательную деятельность включен Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». 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.

Для реализации программы школа имеет следующие ресурсы: спортивный зал, пришкольная спортивная площадка и естественный природный ландшафт для занятий на открытом воздухе в период учебного года.

Особенность программы заключается в поливариантности программно-методического арсенала, что позволяет из множества вариантов содержания и видов спортивно-оздоровительной 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.

На физическую культуру в 10 классе отводится 2 часа в неделю - 68 часов в учебном году (34 учебные недели) из обязательной части учебного плана. Третий урок физической культуры перенесен в данную внеурочную деятельность.

**Форма организации:** тренировка, турнир, игра, соревнования.

**Место проведения:** спортивный зал, спортивная площадка.

**Инвентарь:** мячи (волейбольные, баскетбольные, футбольные, гандбольные), бита, фишки, секундомер.

**Особенности набора детей** – учащиеся с разным уровнем физической подготовленности, группой здоровья – основная и подготовительная (по заключению врача).

**Предполагаемые формы контроля и отчетности:**

- участие в выполнении ВФСК «ГТО»
- участие в соревнованиях различного уровня.

#### **Место программы в учебном плане**

Программа соответствует федеральному компоненту государственного образовательного стандарта и рассчитана на 1 год обучения из расчета 1 час в неделю.

#### **Описание ценностных ориентиров содержания программы**

Спортивные игры - один из способов всестороннего физического развития. Во время игры у учащихся: развивается ловкость, быстрота, выносливость, сила; формируются положительные нравственные качества. Особенностью

спортивных игр является их соревновательный, творческий, коллективный характер, требующий от играющих умений взаимодействовать с командой в непрерывно меняющихся условиях ради достижения условной цели, согласно установленным правилам.

### **Планируемые результаты освоения программы**

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

#### **Личностные результаты**

##### ***Ученик научится:***

- формировать ответственное отношение к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формировать целостное мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки;
- 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.

### ***Ученик 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**

#### ***Ученик 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.

***Ученик 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.

**Календарно-тематическое планирование**

**10 класс**

<b>№ урока</b>	<b>Дата проведения</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Количество часов</b>
<b>1 четверть</b>			
<b>«Спортивные игры (футбол)».</b>			<b>3</b>
1.	04.09.	ТБ на уроках по футболу. Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек.	<b>1</b>

2.	11.09.	Футбол. Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком, серединой лба (катящемуся мячу).	<b>1</b>
3.	18.09.	Футбол. Совершенствование техники ведения мяча.	<b>1</b>
<b>«Спортивные игры (баскетбол)».</b>			<b>13</b>
4.	25.09.	Баскетбол. ТБ на уроках по баскетболу. Дальнейшее закрепление техники ловли и передач мяча.	<b>1</b>
5.	02.10.	Баскетбол. Дальнейшее закрепление техники ведения мяча.	<b>1</b>
6.	09.10.	Баскетбол. Дальнейшее закрепление техники бросков мяча. Броски одной и двумя руками в прыжке.	<b>1</b>
7.	16.10.	Баскетбол. Дальнейшее закрепление техники вырывания и выбивание мяча, перехвата.	<b>1</b>
8.	23.10.	Баскетбол. Дальнейшее закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей.	<b>1</b>
<b>2 четверть</b>			
9.	06.11.	Баскетбол. Дальнейшее закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей.	<b>1</b>
10.	13.11.	Баскетбол. Дальнейшее закрепление тактики игры.	<b>1</b>
11.	20.11.	Баскетбол. Позиционные нападения и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3.	<b>1</b>
12.	27.11.	Баскетбол. Нападение быстрым прорывом (3:2).	<b>1</b>
13.	04.12.	Баскетбол. Взаимодействие двух (трех) игроков в нападении и защите (тройка и малая, через «заслон», восьмерка).	<b>1</b>
14.	11.12.	Баскетбол. Игра по упрощенным правилам баскетбола.	<b>1</b>
15.	18.12.	Баскетбол. Учебная игра.	<b>1</b>
16.	25.12.	Баскетбол. Совершенствование психомоторных способностей.	<b>1</b>
<b>3 четверть</b>			
<b>«Спортивные игры (волейбол)».</b>			<b>10</b>
17.	15.01.	Волейбол. ТБ на уроках по волейболу. Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек.	<b>1</b>
18.	22.01.	Волейбол. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Отбивание мяча кулаком	<b>1</b>

		через сетку.	
19.	29.01.	Волейбол. Игра по упрощённым правилам волейбола. Совершенствование психомоторных способностей и навыков игры.	<b>1</b>
20.	05.02.	Волейбол. Развитие выносливости.	<b>1</b>
21.	12.02.	Волейбол. Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.	<b>1</b>
22.	19.02.	Волейбол. Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3 метра от сетки.	<b>1</b>
23.	26.02.	Волейбол. Нижняя прямая подача мяча Прием передача.	<b>1</b>
24.	05.03.	Волейбол. Дальнейшее обучение техники прямого нападающего удара.	<b>1</b>
25.	12.03.	Волейбол. Дальнейшее обучение тактики игры. Совершенствование тактики освоенных игровых действий.	<b>1</b>
26.	19.03.	Волейбол. Подвижные игры и игровые задания, приближенные к содержанию разучиваемых спортивных игр.	<b>1</b>
<b>4 четверть</b>			
<b>«Спортивные игры (русская лапта)».</b>			<b>8</b>
27.	02.04.	Русская лапта. ТБ на уроках по русской лапте.	<b>1</b>
28.	09.04.	Русская лапта. Основной спортивный инвентарь для игры в русскую лапту.	<b>1</b>
29.	16.04.	Русская лапта. Закрепление стойки игрока. Передвижения игроков.	<b>1</b>
30.	23.04.	Русская лапта. Игры, подводящие к игре «Лапта», «Вызов номеров».	<b>1</b>
31.	30.04.	Русская лапта. Ловли и передачи.	<b>1</b>
32.	07.05.	Русская лапта. Игра по упрощенным правилам в мини-лапту.	<b>1</b>
33.	14.05.	Русская лапта. Тактика игры в нападении.	<b>1</b>
34.	21.05. 28.05.	Русская лапта. Учебная игра.	<b>1</b>



# РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПРОХОЖДЕНИЯ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА

## Содержание программного материала

### **Основы знаний.**

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

### **Развитие двигательных способностей**

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

### **Русская лапта.**

Правила игры, правила проведения соревнований, беговые упражнения, метание и броски мяча, упражнения на координацию, выносливость и быстроту, тактические действия в игре.

### **Спортивные игры.**

*Гандбол:* правила игры, правила проведения соревнований, специальные передвижения без мяча и с мячом, передачи мяча, броски мяча по воротам, тактические действия в игре, игра в гандбол, осуществление судейства.

*Футбол:* правила игры, правила проведения соревнований, специальные передвижения без мяча и с мячом, удары по мячу, удары мяча по воротам, остановка мяча, ведение мяча и обводка, отбор мяча, тактические действия в игре, игра в футбол, осуществление судейства.

*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

### **Соревновательная деятельность:**

Соревнования по русской лапте, гандболу, футболу, баскетболу, волейболу.

## Учебно-тематический план

№	Содержание курса	Планируемые результаты
1	Спортивные игры <i>Русская лапта</i> <i>Гандбол</i> <i>Баскетбол</i> <i>Волейбол</i> <i>Футбол</i>	<p><b>Личностные:</b> - ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; ориентируется на самоанализ и самоконтроль результата; раскрывают внутреннюю позицию школьника. <b>Метапредметные:</b> <i>Познавательные:</i> - самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями. <i>Регулятивные:</i> - формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. <i>Коммуникативные:</i> - договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов; используют речь для регуляции своего действия; допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействиях. <b>Предметные:</b> освоить правила игры и осуществлять игровую деятельность.</p>
2	Соревновательная деятельность	<p><b>Личностные:</b> - проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. <b>Метапредметные:</b> <i>Познавательные:</i> - ориентируются в разнообразии способов решения задач; самостоятельно формулируют проблемы и находят способы их решения. <i>Регулятивные:</i> - планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя; используют установление правила в контроле</p>

		<p>способа решения. Коммуникативные: - договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности; формулируют собственное мнение; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Предметные:</b> освоить правила проведения соревнований и осуществлять судейство.</p>
--	--	---

### **Предполагаемые результаты курса**

#### **По окончании курса учащиеся научатся:**

- понимать роль и значение занятий физическими упражнениями и спортивными играми для укрепления здоровья;
- самостоятельно организовывать тренировочный процесс;
- самостоятельно регулировать и контролировать физические нагрузки;
- осуществлять индивидуальные и групповые действия в игре;
- организовывать и проводить соревнования;
- подготовятся к выполнению ВФСК ГТО.

#### **Учащиеся будут знать:**

- правила спортивных игр и правила проведения соревнований;
- технику безопасности спортивных игр;
- терминологию, связанную с проведением и судейством игр;
- правила участия в ВФСК ГТО

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ ПОСОБИЯ:**

### **Учебно-методическое обеспечение и цифровые образовательные ресурсы**

#### ***Учебно-методическое обеспечение:***

- Физическая культура. Базовый уровень. 10–11 классы. Методическое пособие автор: Погадаев Г. И. УМК «Физическая культура. 1–11 классы» Физическая культура, 10-11 класс/Матвеев А.П.,Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;
- Физическая культура, 10-11 класс/ Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В. и другие, Общество с ограниченной ответственностью «Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство Просвещение»;
- Физическая культура, 10-11 класс/Гурьев С.В.; под редакцией Виленского М.Я., ООО «Русское слово-учебник»;
- Физическая культура. 10-11 класс/Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и другие; под редакцией Виленского М.Я., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;
-

### ***Цифровые образовательные ресурсы:***

- Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов:
- <http://school-collection.edu.ru>
- Российская электронная школа: <https://resh.edu.ru/subject/19/>
- Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»: <https://www.gto.ru/>
- Физическая культура Сайт для учителей и преподавателей физкультуры: <http://pculture.ru/oru/>
- Спорт норма жизни // Национальный проект «Демография»: <https://norma.sport/about/>