

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ошторма – Юмьинская средняя школа»
Кукморского муниципального района Республики Татарстан

«Рассмотрено»
на заседании МО
учителей спортивно
эстетического цикла
Протокол № 1 от
« 23 » августа 2024 года
Руководитель:
Ч. И. Елизарова

«Согласовано»
- Заместитель директора
школы по УР
О.М. Ромазанова
« 23 » августа 2024 года

«Утверждаю»
Директор школы:
В. Г. Семенов
Приказ № 114
от « 26 » августа 2024 года

Рабочая программа
по курсу «Спортивные игры» для 8 класса
учителя физической культуры
первой квалификационной категории
Зайцева Сергея Николаевича
на 2024 – 2025 учебный год

Рассмотрена на заседании
педагогического совета
Протокол № 2
от « 26 » августа 2024 года

Планируемые результаты освоения программы

Программа курса «Спортивные игры» предусматривает достижение следующих результатов:

Личностные результаты

- готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки учеников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества;
- умение определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы учебного курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные

- Определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно.
- Проговаривать последовательность действий.
- Учить высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, учить работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные

- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды.
- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других.
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.
- Осознание учащимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности учащихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия.

Предметные результаты В ходе реализации программы учащиеся должны освоить следующие знания и 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, вариативных условиях.
- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

Содержание курса

1. Общие основы игр (волейбола, футбола, баскетбола):

История возникновения баскетбола в России. Правила игры. Состав команды, форма игроков. Сведения о строении и функциях организма человека. Влияние физических упражнений на организм человека. Необходимость разминки в занятиях спортом. Правила техники безопасности при выполнении упражнений на занятиях. Правила пожарной безопасности и поведения в спортивном зале. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль. Правила игр, судейская жестикуляция и терминология. Подведение итогов года. Методика тренировки игроков. Техническая подготовка игроков. Психологическая подготовка игроков.

2. Общая физическая подготовка (волейбола, футбола, баскетбола) :

Строевые упражнения. Упражнения для рук плечевого пояса. Упражнения для ног. Упражнения для шеи и туловища. Упражнения для всех групп мышц. Подвижные игры: «Пятнашки», «Пустое место», «Снайперы», «Мяч водящего», «Гонка мячей». Упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития ловкости. Упражнения для развития гибкости. Упражнения для развития прыгучести.

3. Специальная физическая подготовка (волейбола, футбола, баскетбола):

- Упражнения для развития быстроты: ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40м. (из различных исходных положений) лицом, боком, спиной вперед.
- Бег с максимальной частотой шагов на месте и в движении.
- Бег за лидером со сменой направления (зигзагом, лицом, спиной вперед, челноком, с поворотом).
- Упражнения для развития специальной прыгучести: многократные прыжки с ноги на ногу, выпрыгивания вверх с доставанием ориентира, прыжки на одной ноге и толчком двух ног (вперед, вверх, в стороны).
- Прыжки с подтягиванием бедра толчковой ноги.
- Упражнения для развития скорости реакции по зрительным и звуковым сигналам.
- Упражнения для развития чувства мяча. Жонглирование одним, двумя мячами.
- Метание различных мячей в цель.
- Эстафеты с разными мячами.

4. Техническая подготовка (волейбол, футбол, баскетбол) :

- Обучение передвижению в стойке игрока.
- Обучение технике остановок.
- Прием мяча на месте, в движении.
- При встречном и параллельном движении.
 - Передача мяча на месте, в движении, в стену, парами, при встречном и параллельном движении;
- Ведение мяча на месте, в движении, с изменением направления и скорости;
 - Удары в ворота на месте слева, справа, с середины.
 - Передачи мяча сверху и снизу двумя руками на месте и после перемещений. Передачи над собой, перед собой. Во встречных колоннах через сетку с переходом в конец противоположной колонны.
 - Передачи мяча в прыжке через сетку. Передачи мяча сверху и снизу стоя боком, спиной к цели. Передачи мяча в парах в движении.
- Передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3,4.
 - Верхняя прямая подача через сетку из-за лицевой линии. Верхняя прямая подача на количество попаданий на противоположную площадку. Прием подачи через сетку.
 - Верхняя прямая подача на количество попаданий, указанным зонам.
 - Верхняя прямая подача в прыжке.
 - Прием подачи в зону 3.
 - Технические действия (перемещение по площадке с мячом и без мяча, стойки, повороты, остановки, ведение, броски).

5.Тактическая подготовка (волейбола, футбола, баскетбола) :

Нападение

- Выход для получения мяча на свободное место.
- Обманный выход для отвлечения защитника.
- Атака ворот.
- «Передай мяч и выходи».
- Наведение своего защитника на партнера.
 - Защита
- Противодействие получению мяча.
- Противодействие выходу на свободное место.
- Обучение основным приемам техники игры и тактическим действиям в упрощенной игровой обстановке.
- Привитие навыков соревновательной деятельности в соответствии с правилами игры.

Тематическое планирование

№ п/п	Раздел	Количество часов
1	ОФП(Общая физическая подготовка)	На всех занятиях
2	СФП(специальная физическая подготовка)	На всех занятиях
3	Техническая подготовка, тактическая подготовка футбола	11
4	Тактическая подготовка, техническая подготовка баскетбола	11
5	Тактическая подготовка, техническая подготовка волейбола	12
	Итого	34 ч.

Календарно - тематическое планирование

№ занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения		Примечание
			По плану	Факт.	
1	Футбол. Техника безопасности при занятиях. Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль.	1	04.09		
2	Учебная игра футбол. Развитие физических качеств.	1	11.09		
3	Отработка технических элементов игры. Развитие физических качеств. Учебная игра в футбол.	1	18.09		
4	Отработка техники защиты. Развитие физических качеств. Учебная игра в футбол.	1	25.09		
5	Отработка тактики игры. Развитие физических качеств. Учебная игра в футбол.	1	02.10		
6	Развитие физических качеств. Учебная игра.	1	09.10		
7	Отработка технических элементов игры. Развитие физических качеств. Учебная игра в футбол.	1	16.10		
8	Развитие физических качеств. Учебная игра в футбол.	1	23.10		
9	Баскетбол. Техника безопасности при занятиях баскетболом. Правила игр.	1	13.11		
10	Учебная игра в баскетбол. Развитие физических качеств.	1	20.11		
11	Отработка технических элементов игры. Развитие физических качеств. Учебная игра.	1	27.11		

12	Отработка техники защиты. Развитие физических качеств. Учебная игра	1	04.12		
13	Отработка тактики игры. Развитие физических качеств. Учебная игра.	1	11.12		
14	Учебная игра. Отработка технических и тактических при игре в баскетбол. Развитие физических качеств.	1	18.12		
15	Действия одного защитника против двух нападающих. Сочетание личной и зонной системы защиты в процессе игры.	1	25.12		
16	Совершенствование тактических действий в нападении и защите. Совершенствование техники ловли и передачи мяча.	1	15.01.25		
17	Учебная игра в баскетбол. Судейство.	1	22.01		
18	Учебная игра в баскетбол. Судейство.	1	29.01		
19	Учебная игра в баскетбол. Судейство.	1	05.02		
20	Волейбол. Техника безопасности при занятиях волейболом. Правила игры.	1	12.02		
21	Отработка тактики игры. Развитие физических качеств. Учебная игра.	1	19.02		
22	Отработка технических элементов игры. Развитие физических качеств. Учебная игра.	1	26.02		
23	Групповые упражнения в передаче, эстафеты с элементами волейбола.	1	05.03		
24	Стойки с перемещениями и исходными положениями, техника передачи мяча снизу – сверху в парах. Учебная игра.	1	12.03		
25	Учебная игра в волейбол с заданием.	1	19.03		
26	Отработка тактики игры. Развитие физических качеств. Учебная игра.	1	02.04		
27	Отработка технических элементов игры. Развитие физических качеств. Учебная игра.	1	09.04		
28	Групповые упражнения в передаче, эстафеты с элементами волейбола.	1	16.04		
29	Стойки с перемещениями и исходными положениями, техника передачи мяча снизу – сверху в парах. Учебная игра.	1	23.04		
30	Учебная игра в волейбол с заданием.	1	30.04		
31	Футбол. Отработка технических и тактических элементов игры. Развитие физических качеств. Учебная игра в футбол.	1	07.05		
32	Итоговая контрольная работа/Промежуточная аттестация (тестирование). Учебная игра в волейбол.	1	14.05		
33	Отработка технических и тактических элементов игры. Развитие физических качеств. Учебная игра в футбол.	1	21.05		
34	Учебная игра в футбол. заданием.	1			

