

«Согласовано»
Заместитель директора
школы по ВР
МБОУ «Поспеловская
средняя школа» ЕМР РТ
Л.Э. Жаркова/
« 31.08.2023 года

«Утверждаю»
Директор
МБОУ «Поспеловская
средняя школа» ЕМР РТ
Ф.Т. Сулейманов/
Приказ № 137
от « 31.08.2023 года



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
физкультурно-оздоровительного направления
«Игровые виды спорта»
10-11 классы
(кол-во часов в неделю –1, в год -34)

МИНДУБАЕВА АЗАТА МАРАТОВИЧА,
учителя физической культуры
первой квалификационной категории
муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения
«Поспеловская средняя общеобразовательная школа
им. Героя Советского Союза Сафронова П.С.»
Елабужского муниципального района Республики Татарстан

Принято на заседании
педагогического совета
протокол № 1 от 31.08.2023г.

2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД

Планируемые результаты изучения курса по внеурочной деятельности (ФГОС)

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, вариативных условиях.

Содержание курса по внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

| № п/п | Содержание | Формы организации деятельности | Виды деятельности обучающихся |
|-------|------------|--------------------------------|-------------------------------|
| 1 | Баскетбол | групповой, фронтальный | двигательная, игровая |
| 2 | Волейбол | групповой, фронтальный | двигательная, игровая |

Тематическое планирование

| № | Тема занятий | Количество часов |
|--|---|------------------|
| Название раздела (количество часов) | | |
| 1-2 | Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Остановка двумя руками и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение). | 2 |
| 3-4 | Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Остановка двумя руками и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение). | 2 |
| 5-6 | Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге). | 2 |
| 7-8 | Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой. | 2 |
| 10 | Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника. Максимальное расстояние до корзины 3,60 метра. | 2 |
| 11-12 | Подвижные игры на базе баскетбола («школа мяча», «гонка мяча», «охотники и утки» и т.п.). | 2 |
| 13-14 | Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и т.п.). Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, поворот, ускорение). | 2 |
| 15-16 | Передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи двумя руками сверху в парах. Передачи мяча над собой. Тоже через сетку. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола, игра по правилам в пионербол, игровые задания. | 2 |
| 17-18 | Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки | 2 |
| 19-20 | Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Прием подачи. | 2 |
| 21-22 | Подвижные игры, эстафеты. | 2 |
| 23-24 | Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и т.п.). Комбинация из основных | 2 |

| | | |
|-------|---|---|
| | элементов техники передвижений (перемещение в стойке, поворот, ускорение). | |
| 25-26 | Передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи двумя руками сверху в парах. Передачи мяча над собой. Тоже через сетку. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола, игра по правилам в пионербол, игровые задания. | 2 |
| 27-28 | Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки | 2 |
| 29-30 | Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Прием подачи. | 2 |
| 31-32 | Подвижные игры, эстафеты. | 2 |
| 33-34 | Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и т.п.). Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, поворот, ускорение). | 2 |