ФИЛИАЛ МУНИЦИПАЛЬНОГО АВТОНОМНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ «СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С. ОКУНЁВО» ЗАРОСЛОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

РАССМОТРЕНО на методическом совете школы протокол №1 от 31 .08.2020 года	СОГЛАСОВАНО заведующий (школа) _____ С.Ю.Суланова 31.08.2020 года	УТВЕРЖДАЮ Директор школы _____ Н.П. Кукушкина 31.08.2020 года

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
(спортивно-оздоровительное направление)
«Спортивные игры»

(для учащихся 10 класса)

программа рассчитана на 1 год
количество часов в год- 34, 1 раз в неделю
учитель физической культуры
Юдин Александр Павлович

2020 год

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ"

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются личностные, метапредметные и предметные результаты.

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:

- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключающего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

Метапредметные результаты

Коммуникативные:

- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;
- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;
- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

Регулятивные:

- соотнесение известного и неизвестного;
- планирование;
- оценка;
- способность к волевому усилию.

Познавательные:

- Формулирование цели
- Выделение необходимой информации
- Структурирование
- Выбор эффективных способов решения учебной задачи
- Рефлексия
- Анализ и синтез
- Сравнение
- Классификации
- Действия постановки и решения проблемы.

Предметные результаты (на конец освоения курса)

В ходе реализация программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся **должны знать:**

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепление здоровья;
- свои права и права других людей;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

должны уметь:

- 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.

В ходе реализация программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся **смогут получить знания**:

- значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми;
- названия разучиваемых технических приёмов игр и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований по спортивным играм;
- жесты судьи спортивных игр;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами спортивных игр;

могут научиться:

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях спортивными играми;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях спортивными играми;
- играть в спортивные игры с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты судьи спортивных игр;
- проводить судейство спортивных игр.

Воспитательные результаты.

- осознание обучающимися 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 обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ» С УКАЗАНИЕМ ФОРМ ОРГАНИЗАЦИИ И ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Формы проведения занятий и виды деятельности	
Однонаправленные занятия	Посвящены только одному из компонентов подготовки игрока: техники, тактики или общефизической подготовке.
Комбинированные занятия	Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.
Целостно-игровые занятия	Построены на учебной двухсторонней игре по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.
Контрольные занятия	Прием нормативов у занимающихся, выполнению контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся.

№	Тематический блок, раздел курса	Основное содержание курса внеурочной деятельности	Основные виды деятельности
1	1 раздел «Баскетбол» 12 часов	Стойки и перемещения	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		Остановки баскетболиста	
3		Передача и ловля мяча	Ловля и передача мяча на месте и в движении без сопротивления, с пассивным и активным сопротивлением защитника.
4		Ведение мяча	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение без сопротивления, с пассивными активным защитника ведущей и не ведущей рукой.
5		Броски в кольцо	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли), в прыжке, без сопротивления защитника, с противодействием.
6		Игра в защите	Выравнивание и выбивание мяча. Перехват мяча. Позиционное нападение без изменения позиций игроков, с изменением позиций, личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5 на одну корзину. Тактические действия в нападении. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Взаимодействие двух, трех игроков в нападение и защите через «заслон». Взаимодействие игроков (тройка и малая восьмерка).
7		Игра в нападении	
8		Диагностирование и тестирование	Тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков.
9		Двухсторонняя игра	Игра по правилам баскетбола.
10		Судейство и организация соревнований	Игра по правилам с привлечением учащихся к судейству.
11-12		Участие в соревнованиях	Правила организация и проведения соревнований, участие в соревнованиях различного уровня.
13	2 раздел «Волейбол» 12 часов	Верхняя передача двумя руками в прыжке	Передача мяча у сетке и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели.
14		Передача двумя руками назад	
15		Прямой нападающий удар	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Прямой нападающий удар при встречных передачах.
16-17		Совершенствование приема мяча с подачи и в защите	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, блокирование.
18		Одиночное блокирование и страховка	Одиночное блокирование и страховка
19-20		Двусторонняя учебная игра	Игры и игровые задания по упрощенным правилам. Игра по правилам. Взаимодействие игроков на линии защиты и нападения.
21		Командные тактические действия в нападении и защите	Взаимодействие игроков на площадке в нападении и защите. Игры и игровые задания по усложненным правилам, с ограничением пространства и с ограниченным количеством игроков.
22		Судейская практика	Игра по правилам с привлечением учащихся к

			судейству. Жесты судьи
23-24		Соревнования	Правила организация и проведения соревнований, участие в соревнованиях различного уровня.
25	**3 раздел «Футбол» 10 часов**	Удары по мячу, остановка мяча	Удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.
26		Ведение мяча, ложные движения (финты)	Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения без сопротивления защитника, с пассивным и активным сопротивлением защитника, ведущей и не ведущей ногой. Ложные движения.
27		Отбор мяча, перехват мяча	Перехват, выбивание мяча. Удар (пас), прием мяча, остановка.
28		Вбрасывание мяча	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом.
29		Техника игры вратаря	Игра вратаря
30		Тактические действия, тактика вратаря	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Командные действия. Взаимодействие защитников и вратаря.
31		Тактика игры в нападении и защите	Нападения и защита в игровых заданиях с атакой и без атаки ворот. Игра по правилам.
32		Судейская практика	Игра по правилам с привлечением учащихся к судейству.
33-34		Соревнования	Правила организация и проведения соревнований, участие соревнованиях различного уровня.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
10 КЛАСС

№	**Тема**	**Количество часов**	**Дата проведения**	
		Всего часов	**план**	**факт**
1	Стойки и перемещения	1	01/10/2020	
2	Остановки баскетболиста	1	08/10/2020	
3	Передача и ловля мяча	1	15/10/2020	
4	Ведение мяча	1	22/10/2020	
5	Броски в кольцо	1	05/11/2020	
6	Игра в защите	1	12/11/2020	
7	Игра в нападении	1	19/11/2020	
8	Диагностирование и тестирование	1	26/11/2020	
9	Двухсторонняя игра	1	03/12/2020	
10	Судейство и организация соревнований	1	10/12/2020	
11-12	Участие в соревнованиях	2	17/12/2020	
13	Верхняя передача двумя руками в прыжке	1	24/12/2020	
14	Передача двумя руками назад	1	14/01/2021	
15	Прямой нападающий удар	1	21/01/2021	
16-17	Совершенствование приема мяча с подачи и в защите	2	28/01/2021	
18	Одиночное блокирование и страховка	1	04/02/2021	

19-20	Двусторонняя учебная игра	2	11/02/2021	
21	Командные тактические действия в нападении и защите	1	18/02/2021	
22	Судейская практика	1	25/02/2021	
23-24	Соревнования	2	04/03/2021 11/03/2021	
25	Удары по мячу, остановка мяча	1	18/03/2021	
26	Ведение мяча, ложные движения (финты)	1	25/03/2021	
27	Отбор мяча, перехват мяча	1	08/04/2021	
28	Вбрасывание мяча	1	15/04/2021	
29	Техника игры вратаря	1	22/04/2021	
30	Тактические действия, тактика вратаря	1	29/04/2021	
31	Тактика игры в нападении и защите	1	06/05/2021	
32	Судейская практика	1	13/05/2021	
33-34	Соревнования	2	20/05/2021 27/05/2021	