

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОГО ОКРУГА «УСИНСК»  
«УСИНСК КАР КЫТШЫН МУНИЦИПАЛЬНОЙ ЮКОНЛОН  
АДМИНИСТРАЦИЯСА ЙӖЗӖС ВЕЛӖДӖМӖН ВЕСЬКӖДЛАНӖ»

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА» С. ЩЕЛЫБОЖ  
МУНИЦИПАЛЬНОЙ БЮДЖЕТНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ВЕЛӖДАНӖН «ВЕЛӖДАН  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШӖР ШКОЛА» ЩЕЛЫБОЖ СИКТ

Рекомендована  
методическим советом школы  
Протокол № 01 от «01» сентября 2022 г.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы  
*[Signature]*  
О.И. Вокуева  
«01» сентября 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА  
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
«Мир спортивных игр»**

Направление: физкультурно-спортивное

Срок реализации программы: 1 год

Возраст учащихся: 11-15 лет

Составитель:

Кушакова Елена Александровна

2022 г.

## 1. Пояснительная записка

Программа курса внеурочной деятельности «Мир спортивных игр» разработана в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ, с требованиями федерального государственного образовательного стандарта **основного общего образования** (далее - ФГОС ООО), утвержденного приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 г. № 1897 (с изменениями).

Примерных программ по учебным предметам. П76 Физическая культура. 5-9 классы: проект.- 3-е изд.- М.: Просвещение, 2013.-61с.

В обеспечении двигательной активности детей, улучшение самочувствия, состояние здоровья, коррекции телосложения, достижение физического и психологического комфорта, в привлечении к здоровому образу жизни учащихся старшего подросткового возраста.

**Цель программы** — формирование физической культуры личности школьника посредством освоения основ содержания физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью.

### Задачи

1. Формирование знаний о физкультурной деятельности, отражающих ее культурно-исторические, психолого-педагогические и медико-биологические основы;
2. Совершенствование навыков в базовых двигательных действиях, их вариативного использования в игровой деятельности и самостоятельных учебных занятиях;
3. Формирование навыков и умений в выполнении физических упражнений различной педагогической направленности, связанных с профилактикой здоровья, коррекцией телосложения, правильной осанкой и культурой движения;

Программа составлена на основе материала, который дети изучают на уроках физической культуры в школе, дополняя его с учетом интересов детей, в зависимости от пола, возраста и времени года, к тем видам спорта, которые пользуются популярностью в повседневной жизни.

## 2. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

**Личностными результатами** изучения курса «Физическая культура» являются: проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей; оказание помощи своим сверстникам и уважение к ним.

**Предметные результаты:** Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

**Метапредметными результатами** изучения курса «Физическая культура» являются: обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий и способы их исправления; общение и взаимодействие со сверстниками; обеспечение защиты и сохранности природы во время спортивных мероприятий, турпоходов и др.; занятия физическими упражнениями с учетом требований безопасности.

### 3. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации видов деятельности

**Формы организации образовательного процесса и виды занятий:** При освоении программы предполагается игровая деятельность, спортивно-оздоровительная деятельность. Формы занятий: групповая; кружок, игра, соревнования.

**В содержание включены следующие разделы:**

#### **Раздел 1 Пионербол**

**Тема 1.1. Основы знаний:** «История возникновения спортивных игр».

**Теория:** История спортивных игр.

**Практика:** Выполнить беговые упражнения.

**Тема 1.2 Приемы и передачи мяча. Двух сторонняя игра.**

**Теория:** Развитие физических качеств.

**Практика:** Приемы и передачи мяча. Двух сторонняя игра.

**Тема 1.3 Виды передачи мяча и приемов.**

**Теория:** Техника выполнения передачи мяча.

**Практика:** Передачи и приемы мяча.

**Тема 1.4 Двух сторонняя игра.**

**Теория:** Повторение правила игры.

**Практика:** Двух сторонняя игра.

**Тема 1.5 Основы знаний:** «Правила игры»

**Теория:** Правила игры

**Практика:** Игра в пионербол.

**Тема 1.6 Фестиваль подвижных игр игра «Йёлёга» («Эхо»), «Кань да шыръяс» («Кот и мыши»).**

**Теория:** Повторение правила игры.

**Практика:** игра «Йёлёга» («Эхо»), «Кань да шыръяс» («Кот и мыши»).

**Тема 1.7 Виды передачи и приемов мяча.**

**Теория:** Развитие техники передачи мяча.

**Практика:** Передачи и приемы мяча.

#### **Раздел 2 Волейбол**

**Тема 2 Краткая характеристика вида спорта Волейбол. Челночный бег 3x10м. Развитие скоростных способностей.**

**Теория:** Краткая характеристика вида спорта Волейбол.

**Практика:** Челночный бег 3x10м. Развитие скоростных способностей.

**Тема 2.1 Стойка игрока, перемещение в стойке.**

**Теория:** Разбор техники перемещения.

**Практика:** Стойка игрока, перемещение в стойке.

**Тема 2.3 Двухсторонняя игра по упрощенным правилам.**

**Теория:** Правила игры.

**Практика:** Двухсторонняя игра по упрощенным правилам.

**Тема 2.4 Передача мяча сверху двумя руками.**

**Теория:** Техника выполнения передачи мяча.

**Практика:** Передача мяча сверху двумя руками.

**Тема 2.5 Прием и передача мяча над собой.**

**Теория:** Техника выполнения приема мяча.

**Практика:** Прием и передача мяча над собой.

**Тема 2.6** Эстафеты с элементами волейбола. Прыжки через скакалку. Прыжок в длину с места.

**Теория:** Развитие прыгучести.

**Практика:** Эстафеты с элементами волейбола. Прыжки через скакалку. Прыжок в длину с места.

**Тема 2.7** Эстафеты с элементами волейбола. Челночный бег 3x10м.

**Теория:** Развитие скоростных способностей.

**Практика:** Эстафеты с элементами волейбола. Челночный бег 3x10м.

**Тема 2.8** Передача мяча сверху двумя руками.

**Теория:** Техника передачи мяча.

**Практика:** Передача мяча сверху двумя руками.

**Тема 2.9** Двухсторонняя игра по упрощенным правилам.

**Теория:** Правила игры.

**Практика:** Двухсторонняя игра по упрощенным правилам.

### **Раздел 3 Баскетбол**

**Тема 3.** Подвижные игры с элементами баскетбола.

**Теория:** Техника безопасности.

**Практика:** Подвижные игры с элементами баскетбола.

**Тема3.1** История игры, основные правила и приемы. Челночный бег 3x10м. Развитие скоростных способностей.

**Теория:** История игры, основные правила и приемы.

**Практика:** Челночный бег 3x10м. Развитие скоростных способностей.

**Тема3.2** Прием и передача мяча разными способами в парах.

**Теория:** Техника передачи мяча.

**Практика:** Прием и передача мяча разными способами в парах.

**Тема3.3** Прием и передача мяча разными способами в парах и в движений.

**Теория:** Техника приема и передачи мяча.

**Практика:** Прием и передача мяча разными способами в парах и в движений.

**Тема3.4** Стрит-бол.

**Теория:** Правила игры.

**Практика:** Стрит-бол.

**Тема3.5** Эстафеты элементами игры.

**Теория:** Техника выполнения эстафеты

**Практика:** Эстафеты элементами игры.

**Тема3.6** Прием и передача мяча в парах с ведением мяча.

**Теория:** Техника выполнения приема мяча.

**Практика:** Прием и передача мяча в парах с ведением мяча.

**Тема3.7** Прием и передача мяча в парах с ведением мяча.

**Теория:** Техника выполнения приема мяча.

**Практика:** Прием и передача мяча в парах с ведением мяча.

**Тема3.8** Броски мяча в кольцо. Прыжки в длину с разбега. Прыжки через скакалку.

**Теория:** Развитие прыгучести.

**Практика:** Броски мяча в кольцо. Прыжки в длину с разбега. Прыжки через скакалку.

**Тема3.9** Броски мяча в кольцо после ведения.

**Теория:** Техника выполнения броска мяча.

**Практика:** Броски мяча в кольцо после ведения.

## **Раздел 4 Футбол.**

**Тема 4.** Стойка игрока, перемещение в стойке.

*Теория:* История возникновения футбола и правила игры.

*Практика:* Стойка игрока, перемещение в стойке.

**Тема 4.1** Остановка катящегося мяча.

*Теория:* Техника выполнения остановки катящегося мяча.

*Практика:* Остановка катящегося мяча.

**Тема 4.2** Удары по мячу. Челночный бег 3х10м.

*Теория:* Техника выполнения удара по мячу.

*Практика:* Удары по мячу. Челночный бег 3х10м.

**Тема 4.3** Двухсторонняя игра по упрощенным правилам.

*Теория:* Правила игры.

*Практика:* Двухсторонняя игра по упрощенным правилам.

**Тема 4.4** Комбинация из освоенных элементов передвижения.

*Теория:* Повторение правила игры.

*Практика:* Комбинация из освоенных элементов передвижения.

**Тема 4.5** Удары по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.

*Теория:* Техника выполнения удара по неподвижному мячу.

*Практика:* Удары по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.

**Тема 4.6** Двухсторонняя игра по упрощенным правилам.

*Теория:* Правила игры.

*Практика:* Двухсторонняя игра по упрощенным правилам.

**Тема 4.7** Удары по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.

*Теория:* Техника выполнения удара.

*Практика:* Удары по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.

**Тема 4.8** Удары по мячу. Челночный бег 3х10м. Развитие скоростных способностей.

*Теория:* Развитие скоростных способностей.

*Практика:* Удары по мячу. Челночный бег 3х10м.

**Тема 4.9** Двухсторонняя игра по упрощенным правилам.

*Теория:* Правила игры.

*Практика:* Двухсторонняя игра по упрощенным правилам.

#### 4. Тематическое планирование.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
<b>1. Пионербол</b>		<b>1</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
1	Вводное занятие. Техника безопасности. Основы знаний: «История возникновения спортивных игр»			1
2	Приемы и передачи мяча. Двух сторонняя игра.		1	1
3	Виды передачи и приемов.		1	1
4	Двух сторонняя игра.		1	1
5	Основы знаний: «Правила игры»			1
6	Фестиваль подвижных игр игра «Йёлёга» («Эхо»), «Кань да шыръяс» («Кот и мыши»).		1	1
7	Виды передачи и приемов мяча.		1	1
<b>2. Волейбол</b>		<b>1</b>	<b>8</b>	<b>9</b>
8	«Краткая характеристика вида спорта Волейбол» Челночный бег 3х10м. Развитие скоростных способностей.			1
9	Стойка игрока, перемещение в стойке.		1	1
10	Двухсторонняя игра по упрощенным правилам		1	1
11	Передача мяча сверху двумя руками.		1	1
12	Прием и передача мяча над собой.		1	1
13	Эстафеты с элементами волейбола. Прыжки через скакалку. Прыжок в длину с места		1	1
14	Эстафеты с элементами волейбола. Челночный бег 3х10м.		1	1
15	Передача мяча сверху двумя руками.		1	1

16	Двухсторонняя игра по упрощенным правилам		1	1
<b>3. Баскетбол</b>			<b>10</b>	<b>10</b>
17	Подвижные игры с элементами баскетбола		1	1
18	История игры, основные правила и приемы. Челночный бег 3x10м. Развитие скоростных способностей			1
19	Прием и передача мяча разными способами в парах.		1	1
20	Прием и передача мяча разными способами в парах и в движении.		1	1
21	Стрит-бол.		1	1
22	Эстафеты элементами игры.		1	1
23	Прием и передача мяча в парах с ведением мяча.		1	1
24	Прием и передача мяча в парах с ведением мяча.		1	1
25	Броски мяча в кольцо. Прыжки в длину с разбега. Прыжки через скакалку.		1	1
26	Броски мяча в кольцо после ведения		1	1
<b>4. Футбол</b>			<b>9</b>	<b>9</b>
27	Стойка игрока, перемещение в стойке.		1	1
28	Остановка катящегося мяча.		1	1
29	Удары по мячу. Челночный бег 3x10м.		1	1
30	Двухсторонняя игра по упрощенным правилам.		1	1
31	Комбинация из освоенных элементов передвижения.		1	1
32	Удары по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.		1	1
33	Двухсторонняя игра по упрощенным		1	1

	правилам.			
34	Удары по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.		1	1
<b>Итого:</b>		-	<b>34</b>	<b>34</b>