

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 2 р.п. Лысые Горы Саратовской области»
Адрес: р.п. Лысые Горы, ул. Пионерская д.33, телефон 8 (84551)2 14 32
Электронная адрес:svetlaja2010@yandex.ru, адрес сайта школы:
<https://shkola2lysyegory-r64.gosweb.gosuslugi.ru>

«Согласовано»
Зам. директора по ВР
_____ С.А.Ерастова

«Утверждаю»
Директор школы
_____ М.П. Демченко
Приказ № 370
от «30» августа 2023г.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Спортивная секция»

Составитель: Булычев И.В.

Срок реализации: 2023-2024 учебный год

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
протокол № 1
от «30» августа 2023г.

2023-2024 учебный год

Пояснительная записка

Программа по внеурочной деятельности «Спортивная секция. Футбол. Баскетбол. Волейбол.» для 5-7 и 8-11 классов разработана в соответствии:

- с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. — М.: Просвещение, 2011);
- учебной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. — М.: Просвещение, 2010);

Спортивная секция является неотъемлемой частью учебно-воспитательной работы в школе. Организация работы спортивного кружка способствует углублению двигательных умений и навыков.

. Основой программы является формирование навыков здорового образа жизни, укреплению их здоровья, подготовка подрастающего поколения к будущей трудовой деятельности.

Секционная работа по предмету способствует развитию у учащихся физических и физиологических навыков, технических и тактических знаний и умений. Игры проходят динамично, без вынужденных утомленных остановок. У детей приобретают навыки коммуникабельности, у них развивается чувство коллективизма, товарищества и, в тоже время стремятся развивать личные навыки и умения для игры.

Основным принципом программы является преемственность между возрастными ступенями, постоянное движение от простого к сложному. Формирование у каждого ребенка желания добиться высоких результатов занимающихся как в коллективе, так и самостоятельно, индивидуальный подход к каждому воспитаннику.

Цели образовательной дополнительной программы:

- развитие устойчивого интереса учащихся к физической культуре и в частности, к мини-футболу, волейболу и баскетболу.
- Расширение и углубление знаний учащихся по данному виду спорта.
- Формирование физической культуры личности.
- Воспитание потребности в здоровом образе жизни.

Задачи образовательной дополнительной программы:

- развитие индивидуальных способностей обучающихся.
- Развитие познавательного интереса к внеурочным знаниям.
- Расширение объема знаний видам спорта (техника, тактика, психология, саморазвитие, само-регуляция и т.д).
- Расширение двигательного опыта.
- Воспитание гармонично развивающейся в физической и духовной сферах личности, потребности в крепком здоровье.

Программа данной секции рассчитана на учащихся 5-7 и 8-11 классов. Программа рассчитана на 2 часа в неделю. Всего 68 часов в год

Формы занятий - групповой и индивидуальный

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Универсальными компетенциями учащихся по курсу «Спортивные игры» являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

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 «Спортивные игры» 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 «Спортивные игры» 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

В результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у обучающихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

Система формы контроля уровня достижений учащихся.

Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в школьных соревнованиях. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке 2 раза в год ,учащиеся выполняют контрольные нормативы.

Тематическое планирование 68 часов

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	
		теория	практика
1	Инструктаж по Т/Б на занятиях по «мини-футболу».. Перемещение по площадке..	0,7	0,3
2-3	Перемещение по площадке с мячом. Удары по мячу. Остановка мяча ногой.	0,5	0,5
4	Удары по мячу. Остановка мяча. Действия вратаря	0,3	0,7
5-7	Удары по мячу. Остановка мяча. Действия вратаря Учебная игра.	0,3	0,7
8,9,	Удары по мячу. Остановка мяча. Действия вратаря Учебная игра.	0,3	0,7
10-11	Удары по мячу. Остановка мяча. Действия вратаря. Тактические и индивидуальные действия игроков. Удары по мячу головой. Учебная игра.	0,1	0,9
1	Инструктаж по Т/Б на занятиях «баскетбола». Ловля и передача	0,5	0,5
2,3	Перемещения по площадке. Бросок мяча в корзину	0,3	0,7
4,5	Ведение мяча. Бросок мяча в корзину. Повороты с мячом.	0,2	0,8
6,7	Ведение мяча. Бросок мяча в корзину. Повороты с мячом. Вырывание мяча.	0,1	0,9
8,9,10	Отрыв, прорыв игрока. Остановка, ловля и передача мяча. Передачи мяча.	0,2	0,8
11-12	Ведение мяча. Бросок в корзину	0,2	0,8
13-14	Отрыв, прорыв игрока. Остановка, ловля и передача мяча. Передачи мяча. Бросок мяча в корзину. Зонная защита.	0,3	0,7
15-16	Подвижные игры, Отрыв, прорыв игрока. Остановка, ловля и передача мяча. Передачи мяча. Бросок мяча в корзину. Зонная защита.	0,2	0,8
17	Отрыв, прорыв игрока. Остановка, ловля и передача мяча. Передачи мяча. Бросок мяча в корзину. Зонная защита.	0,2	0,8
18,19	Ведение мяча. Бросок, передача мяча. Защита кольца	0,2	0,8
20,21	Ведение мяча. Бросок, передача мяча. Защита кольца. Индивидуальные и тактические действия.	0,2	0,8
22-25	Действия игроков во время игры. Технические приемы	0,2	0,8
1	ТБ. Вводное занятие. Стойка волейболиста.	0,5	0,5
2,	Передачи мяча	0,4	0,6
3,4	Стойка волейболиста.Подача мяча.	0,2	0,8

5,6	Стойка. Поддача, передача мяча.	0,4	0,6
7,8	Нападающий удар. Блокирование нападающего удара.	0,4	0,6
9,10	Упражнения на развитие физических качеств. Подводящие упражнения. Упражнения по технике игры.	0,2	0,8
11	Передача мяча, прием мяча	0,2	0,8
12,13	Упражнения на развитие физических качеств. Подводящие упражнения. Упражнения по технике игры.	0,2	0,8
14,15	Способы передачи мяча, игра у сетки.	0,3	0,7
16	Упражнения на развитие физических качеств. Подводящие упражнения. Упражнения по технике игры.	0,2	0,8
17	Перемещения по площадке. Правила игры.	0,6	0,4
18,19	Способы передачи мяча, игра у сетки.	0,2	0,8
20	Упражнения на развитие физических качеств. Подводящие упражнения. Упражнения по технике игры	0,5	0,5
21,22	Передачи мяча, перемещения, нападение и блокирование нападающего удара.	0,2	0,8
1	Инструктаж по Т/Б на занятиях по «мини-футболу». Перемещение по площадке.	0,7	0,3
2	Перемещение по площадке с мячом. Удары по мячу. Остановка мяча ногой.	0,5	0,5
3	Удары по мячу. Остановка мяча. Действия вратаря	0,3	0,7
4	Удары по мячу. Остановка мяча. Действия вратаря Учебная игра.	0,3	0,7
5	Удары по мячу. Остановка мяча. Действия вратаря Учебная игра.	0,3	0,7
6	Удары по мячу. Остановка мяча. Действия вратаря. Тактические и индивидуальные действия игроков. Удары по мячу головой. Учебная игра.	0,3	0,7
7,8	Удары по мячу. Остановка мяча. Действия вратаря. Тактические и индивидуальные действия игроков. Удары по мячу головой. Учебная игра.	0,3	0,7
9,10	Перемещение по площадке с мячом. Удары по мячу. Остановка мяча ногой.	0,1	0,9

Содержание курса внеурочной деятельности

№ п/п		Тема занятия	Содержание тем
1	1	Инструктаж по Т/Б на занятиях по «мини-футболу». Перемещение по площадке.	Инструктаж по Т/Б на занятиях по «мини-футболу». Перемещение различными способами с изменением скорости и направления
2-3	2-3	Перемещение по площадке с мячом. Удары по мячу. Остановка мяча ногой.	Удары по мячу внутренней частью ноги. Остановка мяча ногой внутренней частью стопы.
4	4	Удары по мячу. Остановка мяча. Действия вратаря	Удары по мячу боковой частью головы. Остановка мяча грудью. Ловля мяча вратарем.
5-7	5-7	Удары по мячу. Остановка мяча. Действия вратаря Учебная игра.	Отбивание мяча вратарем. Ввод мяча одной рукой вратарем. Удары по мячу боковой частью головы. Удары по мячу ногой внешней часть
8-9	8-9	Удары по мячу. Остановка мяча. Действия вратаря Учебная игра.	Отбивание мяча вратарем. Ввод мяча одной рукой вратарем. Ловля мяча вратарем. Удары по мячу ногой внешней часть. Удары по мячу лобной частью головы. Остановка мяча. Перемещение по площадке с мячом. Зонная защита. Отбивание мяча вратарем. Ввод мяча одной рукой вратарем. Ловля мяча вратарем. Учебная игра.
10-11.	10-11.	Удары по мячу. Остановка мяча. Действия вратаря. Тактические и индивидуальные действия игроков. Удары по мячу головой. Учебная игра.	Отбивание мяча вратарем. Ввод мяча одной рукой вратарем. Ловля мяча вратарем. Удары по мячу ногой внешней часть. Удары по мячу лобной частью головы. Удары по мячу боковой частью головы. Остановка мяча. Перемещение по площадке с мячом. Тактические действия игроков. Индивидуальные действия игроков. Зонная защита. Учебная игра.
1	12	ТБ. Перемещения по площадке. Ловля и передача мяча.	Инструктаж по Т/Б на занятиях «баскетбола». Правила игры. Перемещение игроков по площадке. Ведение мяча. Ловля и передача мяча на месте и в движении.
2,3	13-14	Перемещения по площадке. Бросок мяча в корзину.	Перемещение игроков по площадке. Ведение мяча. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Бросок мяча из под кольца, бросок мяча с близких дистанций.
4,5	15-16	Ведение мяча. Бросок мяча в корзину. Повороты с мячом.	Ведение мяча. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Бросок мяча в кольцо после 2-х шагов, бросок мяча с близких дистанций. Выбивание и вырывание мяча, повороты на месте с мячом.
6,7	17-18	Ведение мяча. Бросок мяча в корзину. Повороты с мячом. Вырывание мяча.	Ведение мяча. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Бросок мяча в кольцо после 2-х шагов, бросок мяча с близких дистанций. Выбивание и вырывание мяча, повороты на месте с мячом.

8,9,10	19-21	Отрыв, прорыв игрока. Остановка, ловля и передача мяча. Передачи мяча.	Отрыв и прорыв игрока. Выбивание и вырывание мяча, повороты на месте с мячом. Остановка мяча прыжком. Ведение мяча. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Бросок мяча с дальних и средних дистанций. Передача мяча в 3-ке в движении. Зонная защита. Учебная игра.
11,12	22-23	Ведение мяча. Бросок в корзину	Ведение мяча. Бросок мяча в кольцо после 2-х шагов, бросок мяча с близких и средних дистанций. Передача и ловля мяча. Зонная защита. Учебная игра
13,14	24-25	Отрыв, прорыв игрока. Остановка, ловля и передача мяча. Передачи мяча. Бросок мяча в корзину. Зонная защита.	Отрыв и прорыв игрока. Выбивание и вырывание мяча, повороты на месте с мячом. Остановка мяча прыжком. Ведение мяча. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Бросок мяча с близких, дальних и средних дистанций. Передача мяча в 3-ке в движении. Зонная защита. Индивидуальные действия игроков. Тактические действия. Учебная игра.
15,16	26-27	Подвижные игры, Отрыв, прорыв игрока. Остановка, ловля и передача мяча. Передачи мяча. Бросок мяча в корзину. Зонная защита.	и/г Салки с мячом. Ведение мяча с переводом мяча за спину. Бросок мяча из под кольца. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Бросок мяча в кольцо после 2-х шагов, бросок мяча с близких дистанций. Зонная защита. Индивидуальные действия игроков. Тактические действия. Учебная игра.
17	28	Отрыв, прорыв игрока. Остановка, ловля и передача мяча. Передачи мяча. Бросок мяча в корзину. Зонная защита.	Отрыв и прорыв игрока. Выбивание и вырывание мяча, повороты на месте с мячом. Остановка мяча прыжком. Ведение мяча с переводом мяча за спину. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Бросок мяча с близких, дальних и средних дистанций. Передача мяча в 3-ке в движении. Зонная защита. Индивидуальные действия игроков. Тактические действия. Учебная игра
18-19	29-30	Ведение мяча. Бросок, передача мяча. Защита кольца	Ведение мяча с поворотом и переводом мяча на другую руку. Бросок мяча в кольцо после 2-х шагов и подбор мяча другим игроком. Передача ловля мяча на месте и в движении. Остановка мяча прыжком. Ведение мяча с переводом мяча за спину. бросок мяча с близких дистанций. Зонная защита. Индивидуальные действия игроков. Тактические действия. Учебная игра
20-21	31-32	Ведение мяча. Бросок, передача мяча. Защита кольца. Индивидуальные и тактические действия.	Отрыв и прорыв игрока. Остановка мяча прыжком. Ведение мяча с переводом мяча за спину. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Бросок мяча с близких, дальних и средних дистанций. Передача мяча в 3-ке в движении. Зонная защита. Индивидуальные действия игроков. Тактические действия. Учебная игра.
22-25	33-36	Действия игроков во время игры. Технические приемы	Ведение мяча с поворотом и переводом мяча на другую руку. Отрыв и прорыв игрока. Выбивание и вырывание мяча, повороты на месте с мячом. Остановка мяча прыжком. Бросок мяча в кольцо после 2-х шагов и подбор мяча другим игроком. Передача ловля

			мяча на месте и в движении. Остановка мяча прыжком. Ведение мяча с переводом мяча за спину. бросок мяча с близких и средних дистанций. Зонная защита. Индивидуальные действия игроков. Тактические действия. Учебная игра.
1	37	ТБ. Вводное занятие. Стойка волейболиста.	Инструктаж по Т/Б на занятиях «волейбол». Методика разучивания стойки волейболиста и перемещений.
2	38	Передачи мяча	Методика разучивания стойки волейболиста и перемещений. Передача мяча верхняя, нижняя. Подача мяча нижняя прямая.
3-4	39-40	Стойка волейболиста. Подача мяча.	Методика разучивания стойки волейболиста и перемещений. Передача мяча верхняя, нижняя. Подача мяча нижняя прямая, верхняя. Передача мяча в парах.
5-6	41-42	Стойка. Подача, передача мяча.	Передача мяча верхняя, нижняя. Подача мяча нижняя прямая, верхняя. Передача мяча в парах. Отбивание мяча от сетки. Подача мяча и прием мяча с низу двумя руками. Учебная игра.
7-8	42-44	Нападающий удар. Блокирование нападающего удара.	Нападающий удар. Блокирование мяча. Передача мяча в тройке на месте и в движении, в парах. Подача мяча верхняя, нижняя. Прием мяча. Учебная игра.
9-10	45-46	Упражнения на развитие физических качеств. Подводящие упражнения. Упражнения по технике игры.	Прыжки со скалкой, вис на гимнастической стенке, ускорения в различных направлениях, силовые упражнения
11	47	Передача мяча, прием мяча	Нападающий удар. Блокирование мяча. Передача мяча в тройке на месте и в движении, в парах, над собой. Подача мяча верхняя, нижняя. Прием мяча. Учебная игра.
12-13	48-49	Упражнения на развитие физических качеств. Подводящие упражнения. Упражнения по технике игры.	Прыжки со скалкой, вис на гимнастической стенке, ускорения в различных направлениях, силовые упражнения
14-15	50-51	Способы передачи мяча, игра у сетки.	Передача мяча стоя к спиной к цели (назад за голову). Передача мяча через сетку кулаком. Перемещения. Передача мяча сверху двумя руками во встречных колоннах. Нападающий удар. Блокирование мяча. Страховка. Учебная игра.
16	52	Упражнения на развитие физических качеств. Подводящие упражнения. Упражнения по технике игры.	Прыжки со скалкой, вис на гимнастической стенке, ускорения в различных направлениях, силовые упражнения
17	53	Перемещения по площадке. Правила игры.	Перемещения, передачи мяча. Действия игроков задней линии. Неправильное поведение игроков. Перерывы в игре.
18-19	54-55	Способы передачи мяча, игра у сетки.	Передача мяча стоя к спиной к цели (назад за голову). Передача мяча через сетку кулаком.

			Перемещения. Передача мяча сверху двумя руками во встречных колоннах. Нападающий удар. Блокирование мяча. Страховка. Учебная игра.
20	56	Упражнения на развитие физических качеств. Подводящие упражнения. Упражнения по технике игры	Прыжки со скалкой, вис на гимнастической стенке, ускорения в различных направлениях, силовые упражнения
21-22	57-58	Передачи мяча, перемещения, нападение и блокирование нападающего удара.	Нападающий удар. Блокирование мяча. Страховка. Передача мяча в тройке на месте и в движении, в парах, над собой. Подача мяча верхняя, нижняя. Прием мяча. Передача мяча стоя к спиной к цели (назад за голову). Передача мяча через сетку кулаком. Перемещения. Передача мяча сверху двумя руками во встречных колоннах. Учебная игра.
1	59	Инструктаж по Т/Б на занятиях по «мини-футболу».. Перемещение по площадке.	Инструктаж по Т/Б на занятиях по «мини-футболу». Правила игры. Перемещение по площадке. Удары по мячу внутренней частью ноги.
2	60	Перемещение по площадке с мячом. Удары по мячу. Остановка мяча ногой.	Перемещение по площадке с мячом. Удары по мячу внутренней частью ноги. Остановка мяча ногой.
3	61	Удары по мячу. Остановка мяча. Действия вратаря	Перемещение по площадке с мячом. Удары по мячу внутренней частью ноги. Остановка мяча ногой.
4	62	Удары по мячу. Остановка мяча. Действия вратаря Учебная игра.	Перемещение по площадке с мячом. Удары по мячу боковой частью головы. Удары по мячу ногой внешней часть. Остановка мяча грудью. Ловля мяча вратарем.
5	63	Удары по мячу. Остановка мяча. Действия вратаря Учебная игра.	Перемещение по площадке с мячом. Удары по мячу боковой частью головы. Удары по мячу ногой внешней часть. Остановка мяча грудью. Ловля мяча вратарем. Учебная игра.
6	64	Удары по мячу. Остановка мяча. Действия вратаря. Тактические и индивидуальные действия игроков. Удары по мячу головой. Учебная игра.	Отбивание мяча вратарем. Ввод мяча одной рукой вратарем. Перемещение по площадке с мячом. Удары по мячу боковой частью головы. Удары по мячу ногой внешней часть. Остановка мяча грудью. Ловля мяча вратарем. Учебная игра.
7,8	65-66	Удары по мячу. Остановка мяча. Действия вратаря. Тактические и индивидуальные действия игроков. Удары по мячу головой. Учебная игра.	Отбивание мяча вратарем. Ввод мяча одной рукой вратарем. Ловля мяча вратарем. Удары по мячу ногой внешней часть. Удары по мячу лобной частью головы. Остановка мяча. Перемещение по площадке с мячом. Зонная защита. Отбивание мяча вратарем. Ввод мяча одной рукой вратарем. Ловля мяча вратарем. Учебная игра.
9,10	67-68	Перемещение по площадке с мячом. Удары по мячу. Остановка мяча ногой.	Отбивание мяча вратарем. Ввод мяча одной рукой вратарем. Ловля мяча вратарем. Удары по мячу ногой внешней часть. Удары по мячу лобной частью головы. Остановка мяча. Перемещение по площадке с мячом. Зонная защита. Отбивание мяча вратарем. Ввод мяча

		одной рукой вратарем. Ловля мяча вратарем. Учебная игра.
--	--	--

