

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ**  
**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ**  
**АДМИНИСТРАЦИИ МО "БРАТСКИЙ РАЙОН"**  
**МКОУ "Ключи-Булакская СОШ"**

**РАССМОТРЕНО**

Руководитель МО

\_\_\_\_\_  
Кочнев А.Н.  
Приказ № 1  
от «30» августа 2024 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора  
по УВР

\_\_\_\_\_  
Шарапова М.Е.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор

\_\_\_\_\_  
Рябцева Е.Д.  
Приказ № 72  
от «30» августа 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**курса внеурочной деятельности**

**«Подвижные игры» для обучающихся 7 – 8 классов**

**Ключи-Булак 2024**

## Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности «Подвижные игры» для 5-9 классов составлена на основе ФГОС ООО .

Рабочая программа внеурочной деятельности «спортивно-оздоровительной направленности «Подвижные игры» составлена на 4 года и рассчитана на 1 час в неделю в каждом классе.

### Планируемые результаты

*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, ситуациях.

В результате изучения внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности «Подвижные игры» школьники должны:

**Знать:**

- правила игр, основные приемы техники игры в различных видах спорта;
- простейшие индивидуальные, групповые и командные тактические действия;
- историю развития данных видов в России и в мире;
- правила судейства в изучаемых подвижных играх;
- основы истории развития физической культуры;
- физиологические основы деятельности систем дыхания, кровообращения и энергообеспечения при мышечных нагрузках, возможности их развития;
- индивидуальные способы контроля;
- правила личной гигиены, правила техники безопасности при проведении подвижных игр и внеурочных занятий профилактику травматизма.

**Уметь:**

- выполнять основные приемы техники игр и применять их в игре;
- соблюдать на практике правила игр, действовать в соответствии с требованиями судейства в различных видах спорта;
- соблюдать правила взаимодействия в процессе спортивной игры;
- осуществлять рефлекссию в ходе и по окончании игровой деятельности;
- соблюдать правила безопасности на занятиях физической культурой;

- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;

- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием;

- демонстрировать двигательные умения и навыки.

### Формы занятий

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

### Содержание программы внеурочной деятельности

№	Название раздела	Теория: Основные теоретические понятия	Практика: Примерное содержание деятельности	Оборудование, оснащённость	Место проведения
1	Бадминтон	- История возникновения игры. - Правила игры в бадминтон. - Организация и проведение соревнований. - Инструктаж по ТБ на занятиях бадминтоном.	- ОФП - СФП - Обучение техники нападения: а) атакующие удары справа, слева, сверху, снизу; б) удары внутренней и внешней стороной ракетки. - Техника защиты. Подводящие и подготовительные упражнения. Учебная игра	Теннисные мячи, волан, ракетка, стенка гимнастическая, свисток	Спортзал школы, спортивная площадка.
2	Пионербол	- История возникновения игры.	- ОФП - СФП	Теннисные мячи, гимнастическая	Спортзал школы, спортивная

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Правила игры. -</li> <li>Организация и проведения соревнований.</li> <li>-</li> <li>Инструктаж по ТБ на занятиях пионерболом.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Обучение техники нападения.</li> <li>Подводящие и подготовительные упражнения.</li> <li>- Техника защиты.</li> <li>Игровые упражнения с включением основных приёмов игры в нападении и защите. Учебная игра.</li> </ul>	е скакалки, волейбольные мячи, свисток.	ная площадка.
3	Волейбол	<ul style="list-style-type: none"> <li>- История возникновения игры.</li> <li>- Правила игры в волейбол.</li> <li>-</li> <li>Организация и проведение соревнований.</li> <li>-</li> <li>Инструктаж по ТБ на занятиях волейболом.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ОФП</li> <li>- СФП</li> <li>- Обучение техники нападения:</li> <li>а) Стойки, перемещения;</li> <li>б) Передача мяча сверху двумя руками стоя лицом, спиной в направлении передачи;</li> <li>в) Подача мяча: нижняя прямая, верхняя прямая;</li> <li>г) Нападающий удар.</li> <li>Подводящие и подготовительные упражнения.</li> <li>- Техника защиты:</li> <li>а) Стойки, перемещения;</li> <li>б) Приём мяча снизу;</li> <li>в) Блокирование.</li> </ul>	Теннисные мячи, подвесной мяч, гимнастические скамейки, скакалки, волейбольные мячи, набивные мячи, свисток.	Спортзал школы, спортивная площадка.
4	Баскетбол	<ul style="list-style-type: none"> <li>- История возникновения игры.</li> <li>- Правила игры. -</li> <li>Организация и проведения соревнований.</li> <li>-</li> <li>Инструктаж по ТБ на</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-ОФП</li> <li>- СФП</li> <li>- Перемещения, остановки, повороты.</li> <li>- Бег с изменением скорости, направления.</li> <li>- Ловля и передача мяча двумя руками от плеча в парах, в тройках, на месте и в движении.</li> </ul>	Баскетбольные мячи, гимнастические скамейки, скакалки, свисток.	Спортзал школы, спортивная площадка.

		занятиях баскетболом.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Броски мяча в корзину одной рукой от плеча с близкого расстояния после остановки и после ведения.</li> <li>- То же со средней дистанции.</li> <li>-Ведение мяча с изменением направления после ловли в движении и ведение мяча с ускорением.</li> <li>- Сочетание изученных приёмов и применение их в игре.</li> <li>- Индивидуальные действия в нападении и защите, выбивание и вырывание мяча, держание игрока без мяча и с мячом.</li> </ul>		
5	Футбол	<ul style="list-style-type: none"> <li>- История возникновения игры.</li> <li>- Правила игры. - Организация и проведения соревнований.</li> <li>- Инструктаж по ТБ на занятиях баскетболом.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-ОФП</li> <li>- СФП</li> <li>- Перемещения, остановки, повороты.</li> <li>- Бег с изменением скорости,направления . Обучение технике владения мячом: <ul style="list-style-type: none"> <li>а) ведение мяча;</li> <li>б) удары по мячу;</li> <li>в) отбор мяча, финты;</li> </ul> </li> <li>- Сочетание изученных приёмов и применение их в игре.</li> <li>-Индивидуальные и групповые действия в нападении и защите.</li> <li>- Тактические действия.</li> </ul>	Футбольные мячи, набивные мячи, конусы, гимнастические скамейки, скакалки, свисток.	Спортивная площадка школы.

**Календарно-тематическое планирование для учащихся 7 класса.**

<b>№ урока</b>	<b>Дата план</b>	<b>Дата факт</b>	<b>Тема раздела, урока</b>	<b>Количество часов</b>
			<b>Футбол</b>	<b>9</b>
1	04.09		Техника безопасности на занятиях по футболу. История возникновения и правила игры. ОФП.	1
2	11.09		Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
3	18.09		Удар по неподвижному и катящемуся мячу серединой подъема Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
4	25.09		Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
5	02.10		Остановка катящегося мяча подошвой Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
6	09.10		Ведение мяча внешней и внутренней частью подъема Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
7	16.10		Выбивание мяча ударом ногой. ОФП. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
8	23.10		Комбинации из основных элементов техники перемещений и владения мячом. ОФП. Игры на закрепление и совершенствование технических и тактических действий.	1
9	30.10		Индивидуальные тактические действия. ОФП. Игры на закрепление и совершенствование технических и тактических действий.	1
			<b>Баскетбол.</b>	<b>7</b>
10	13.11		Инструктаж по ТБ. История возникновения игры. Ознакомление с правилами игры «Баскетбол».	1
11	20.11		Передвижение, прыжки, остановки, повороты с мячом. ОФП.	1
12	27.11		Ловля и передача мяча после остановки, в движении со сменой направления движения. Учебная игра	1
13	04.12		Ловля и передача мяча после остановки, в движении со сменой направления движения. Учебная игра	1

14	11.12		Выбивание и вырывание мяча, держание игрока без мяча и с мячом Учебная игра.	1
15	18.12		Броски мяча в корзину с места и в движении. Учебная игра.	1
16	25.12		Сочетание изученных приёмов и применение их в игре.	1
			<b>Пионербол.</b>	<b>8</b>
17	15.01		Инструктаж по ТБ. История возникновения игры. Ознакомление с правилами игры «Пионербол»	1
18	22.01		Передача и ловля мяча двумя руками. ОФП	1
19	29.01		Передача и ловля мяча двумя руками. Подача мяча. Учебная игра.	1
20	05.02		Сочетание изученных приёмов игры. Учебная игра. СФП	1
21	12.02		Сочетание изученных приёмов игры. Учебная игра. СФП.	1
22	19.02		Нападающий удар через сетку с 2-3 шагов разбега. Учебная игра.	1
23	26.02		Нападающий удар через сетку с 2-3 шагов разбега. Учебная игра.	1
24	04.03		Учебная игра в пионербол. ОФП.	1
			<b>Бадминтон</b>	<b>9</b>
25	11.03		История возникновения игры «Бадминтон». Правила игры. ОФП.	1
26	18.03		Удары снизу, сверху, слева, справа, подачи в зону. Учебная игра.	1
27	01.04		Удары снизу, сверху, слева, справа, подачи в зону. Учебная игра.	1
28	08.04		Жонглирования с воланом, выполнение ударов внутренней стороной ракетки. СФП.	1
29	15.04		Жонглирования с воланом, выполнение ударов внешней стороной ракетки. СФП.	1
30	22.04		Удары справа, слева по высокой траектории. Учебная игра.	1
31	29.04		Удары справа, слева по высокой траектории. Учебная игра.	1
32	06.05		Игровые задания. ОФП	1
33	13.05		Игровые задания. ОФП	1
34	20.05		Игровые комбинации из ранее изученных элементов	1
35	27.05		Соревнования с применением элементов бадминтона.	1



**Календарно-тематическое планирование для учащихся 8 класса.**

<b>№ урока</b>	<b>Дата план</b>	<b>Дата факт</b>	<b>Тема раздела, урока</b>	<b>Количество часов</b>
			<b>Футбол</b>	<b>9</b>
1	02.09		Техника безопасности на занятиях по футболу. История возникновения и правила игры. ОФП.	1
2	09.09		Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
3	16.09		Удар по неподвижному и катящемуся мячу серединой подъема Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
4	23.09		Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
5	30.09		Остановка катящегося мяча подошвой Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
6	07.10		Ведение мяча внешней и внутренней частью подъема Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
7	14.10		Выбивание мяча ударом ногой. ОФП. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
8	21.10		Комбинации из основных элементов техники перемещений и владения мячом. ОФП. Игры на закрепление и совершенствование технических и тактических действий.	1
9	28.10		Индивидуальные тактические действия. ОФП. Игры на закрепление и совершенствование технических и тактических действий.	1
			<b>Баскетбол.</b>	<b>7</b>
10	11.11		Инструктаж по ТБ. История возникновения игры. Ознакомление с правилами игры «Баскетбол».	1
11	18.11		Передвижение, прыжки, остановки, повороты с мячом. ОФП.	1
12	25.11		Ловля и передача мяча после остановки, в движении со сменой направления движения. Учебная игра	1
13	02.12		Ловля и передача мяча после остановки, в	1

			движении со сменой направления движения. Учебная игра	
14	09.12		Выбивание и вырывание мяча, держание игрока без мяча и с мячом Учебная игра.	1
15	16.12		Броски мяча в корзину с места и в движении. Учебная игра.	1
16	23.12		Сочетание изученных приёмов и применение их в игре.	1
			<b>Пионербол.</b>	<b>8</b>
17	13.01		Инструктаж по ТБ. История возникновения игры. Ознакомление с правилами игры «Пионербол»	1
18	20.01		Передача и ловля мяча двумя руками. ОФП	1
19	27.01		Передача и ловля мяча двумя руками. Подача мяча. Учебная игра.	1
20	03.02		Сочетание изученных приёмов игры. Учебная игра. СФП	1
21	10.02		Сочетание изученных приёмов игры. Учебная игра. СФП.	1
22	17.02		Нападающий удар через сетку с 2-3 шагов разбега. Учебная игра.	1
23	02.03		Нападающий удар через сетку с 2-3 шагов разбега. Учебная игра.	1
24	16.03		Учебная игра в пионербол. ОФП.	1
			<b>Волейбол.</b>	<b>7</b>
25	30.03		Инструктаж по ТБ. История возникновения игры. Ознакомление с правилами игры «Волейбол».	1
26	06.04		Стойки, перемещения, сочетание способов перемещения, подготовительные упражнения. ОФП.	1
27	13.04		Передача мяча сверху двумя руками, стоя лицом, спиной в направлении передачи. Эстафета с элементами волейбола	1
28	20.04		Передача мяча снизу двумя руками, стоя лицом, спиной в направлении передачи. Эстафета с элементами волейбола	1
29	27.04		Отбивание мяча кулаком через сетку, тактика верхней и нижней передачи мяча. ОФП.	1
30	18.05		Подача мяча нижняя прямая, верхняя прямая. Блокирование мяча. Игра по упрощённым правилам.	1
31	25.05		Нападающий удар. Приём мяча снизу двумя руками после набрасывания. Приём подачи Учебная игра.	1