

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и молодёжной политики Свердловской области

Муниципальное образование Алапаевское

МОУ "Деевская СОШ"

РАССМОТРЕНО
Руководитель ШМО учитель
Технологии



Дунаева Т. Н.
Протокол №4
от «29» 08.2024 г.

СОГЛАСОВАНО
На методическом совете



Болотова Л. В.
Протокол №9
от «30»08.2024

УТВЕРЖДЕНО
Директор



Жолобов А. А.
Приказ №29-лс
от 3«30»08.2024

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного курса (факультатив)
«Спортивные игры»
11 класс

с.Деево 2024

1. Пояснительная записка

Программа учебного курса (факультатив) «Спортивные игры» в 11 классе

подготовлена в соответствии с требованиями ФГОС СОО и концепцией физического воспитания.

Программа «Спортивные игры» призвана сформировать у обучающихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, в творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В программе представлены доступные для обучающихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики спортивных игр, развитию физических способностей.

Курс введён в часть учебного плана, формируемого участниками образовательного процесса в рамках спортивно-оздоровительного направления.

Новизна данной программы определена федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования.

1.1. Рекомендована учителям физической культуры общеобразовательных учреждений.

1.2. Введение

Учебная деятельность (факультатив) обучающихся общеобразовательных учреждений объединяет все виды деятельности обучающихся в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации.

Согласно Базисному учебному плану общеобразовательных учреждений Российской Федерации организация занятий по учебной деятельности (факультатив) является неотъемлемой частью образовательного процесса. Материал программы предполагает изучение основ двух спортивных игр: баскетбола, волейбола и даётся в трёх разделах: основы знаний, общая физическая подготовка и специальная техническая подготовка.

Материал по общей физической подготовке является единым для всех спортивных игр и входит в каждое занятие курса.

Программа разработана на основе требований к результатам освоения образовательной программы.

Предлагаемая программа по учебной деятельности (факультатив) «Спортивные игры» содержит:

- пояснительную записку, состоящую из введения, цели и задач программы;
- описание особенностей реализации программы учебной деятельности (факультатив): количество часов и место проведения занятий;
- планируемые результаты освоения обучающимися программы учебной деятельности;
- требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы учебной деятельности (факультатив);
- способы проверки результатов;
- материально-техническое обеспечение;
- тематическое планирование, состоящее из учебно-тематического плана и содержания программы по годам обучения;
- список литературы; - приложений:

Программа разработана на основе:

1. Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в российской Федерации»;

2. Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 №373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, стандартов второго поколения (в ред. приказов Минобрнауки России от 26.11.2010 № 1241, от 22.09.2011 №2357);

3. Приказом Министерства образования и науки РФ от 31.03.2014г. №253 (зарегистрирован Министерством юстиции РФ 18.10.2013г., зарегистрированный №30213) «Об утверждении Федерального перечня учебников, рекомендованных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»;

4. Приказом Министерства образования и науки РФ от 20.06.2017 № 581 «О внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утверждённый приказом Минобрнауки РФ от 31 марта 2014 г. №253»;

5. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 № 189) «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (с изменениями №3 в Постановлении от 24.11.2015 №81);

6. Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года направленной на реализацию Указов Президента Российской Федерации, Федеральных законов Российской Федерации, в том числе Федерального закона от 24 июля 1998 года № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации», Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», а также постановлений Правительства Российской Федерации, иных нормативных правовых актов Российской Федерации. нормативно-правовой базой программы внеурочной деятельности «Спортивные игры» являются:

7. Основной образовательной программой основного общего образования Учреждения. В программе отражены основные *принципы* спортивной подготовки воспитанников:

Принцип системности предусматривает тесную взаимосвязь содержания соревновательной деятельности и всех сторон учебно-тренировочного процесса: физической, технической, тактической, психологической, интегральной, теоретической подготовки; воспитательной работы; восстановительных мероприятий; педагогического и медицинского контроля.

Принцип преемственности определяет последовательность изложения программного материала по этапам многолетней подготовки в годичных циклах. Обеспечена преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей физической, технико-тактической и интегральной подготовленности.

Принцип вариативности предусматривает в зависимости от этапа многолетней подготовки, индивидуальных особенностей воспитанника вариативность программного материала для практических занятий, характеризующихся разнообразием тренировочных средств и нагрузок, направленных на решение определенной педагогической задачи.

1.3. Цель и задачи программы

Программа учебной деятельности (факультатив) «Спортивные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и является неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в

формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья обучающихся, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

Цель программы учебной деятельности (факультатив) «Спортивные игры»: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.

Цель конкретизирована следующими **задачами:**

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся;
- популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;
- формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям спортивными играми; - обучение технике и тактике спортивных игр;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний;
- воспитание моральных и волевых качеств.

1.4. Особенности реализации программы учебной деятельности (факультатив): количество часов и место проведения занятий.

Программа учебной деятельности (факультатив) «Спортивные игры» предназначена для обучающихся 11 классов. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 час в неделю , всего 34 часа в год.

Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке. Организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

Примерное распределение учебного времени по разделам программы в 11 классе

№ п/п	Разделы программы	Кол-во часов
1	Знания о спортивных играх	В процессе урока
2	Баскетбол	17
3	Волейбол	17
Количество занятий в неделю		1
Количество учебных недель		34
Итого		34

Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

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 обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей; *предметные* – через формирование основных элементов научного знания, а *метапредметные* результаты – через универсальные учебные действия (далее УУД).

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 исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

Метапредметные результаты:

- 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.

Оздоровительные результаты программы учебной деятельности (факультатив):

- 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.

2.1. Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы учебной деятельности (факультатив)

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.

В ходе реализации программы учебной деятельности (факультатив) «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.

2.2. В ходе реализации программы учебной деятельности (факультатив) «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.

Основной показатель реализации программы «Спортивные игры» - стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей выполнения программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической, интегральной и теоретической подготовки (по истечении каждого года), результаты участия в соревнованиях.

2.3. Способы проверки результатов

- зачеты по теоретическим основам знаний (ежегодно);
- мониторинг личностного развития воспитанников (ежегодно);
- диагностирование уровня физического развития, функциональных возможностей детей (ежегодно);
- тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков (ежегодно);
- участие в соревнованиях; -

№	Тема	Основное содержание занятия	Колво часов	Основные направления воспитательной деятельности
Модуль 1. Баскетбол			17	
<i>Технические действия:</i>				
1	Стойки и перемещения баскетболиста	Инструктаж по ТБ на уроках физкультуры и баскетбола. 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	Первоначальные представления о научной картине мира Познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании
2	Остановки:		2	Бережное отношение к физическому и психическому здоровью Соблюдение правил здорового и безопасного образа жизни в окружающей среде
3	«Прыжком»		2	Формирование доброжелательного отношения друг к другу, целеустремленность, дисциплинированность, Соблюдение правил здорового и безопасного образа жизни в окружающей среде.
4	«В два шага»		2	Соблюдение правил здорового и безопасного образа жизни в окружающей среде, формирование доброжелательного отношения друг к другу, целеустремленность, дисциплинированность
5	Передачи мяча	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).	3	Бережное отношение к физическому и психическому здоровью Соблюдение правил здорового и безопасного образа жизни в окружающей среде
6	Ловля мяча		2	Формирование доброжелательного отношения друг к другу, целеустремленность, дисциплинированность, Соблюдение правил здорового и безопасного образа жизни в окружающей среде.

7	Ведение мяча	Ведение мяча в низкой , средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления	2	Соблюдение правил здорового и безопасного образа жизни в окружающей среде, формирование
---	--------------	---	---	---

		движения и скорости. Ведение без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой.		доброжелательного отношения друг к другу, целеустремленность, дисциплинированность
8	Броски в кольцо	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	Бережное отношение к физическому и психическому здоровью Соблюдение правил здорового и безопасного образа жизни в окружающей среде
Модуль 2. Волейбол			17	
1	Перемещения	Инструктаж по ТБ на уроках физкультуры и волейбола. 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	Бережное отношение к физическому и психическому здоровью Соблюдение правил здорового и безопасного образа жизни в окружающей среде
2	Передача	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.	6	Формирование доброжелательного отношения друг к другу, целеустремленность, дисциплинированность, Соблюдение правил здорового и безопасного образа жизни в окружающей среде.
4	Нижняя прямая подача	Нижняя прямая подача мяча от линии подачи	3	Соблюдение правил здорового и безопасного образа жизни в окружающей среде, формирование доброжелательного отношения друг к другу, целеустремленность, дисциплинированность

	Верхняя прямая подача	Нижняя прямая подача мяча от линии подачи	3	Соблюдение правил здорового и безопасного образа жизни в окружающей среде, формирование доброжелательного отношения друг к другу, целеустремленность, дисциплинированность
5	Прием мяча	Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Прием подачи.	3	Формирование доброжелательного отношения друг к другу, целеустремленность, дисциплинированность, Соблюдение правил здорового и безопасного образа жизни в окружающей среде.
				Соблюдение правил здорового и безопасного образа жизни в окружающей среде, формирование доброжелательного отношения друг к другу, целеустремленность, дисциплинированность
	Физическая подготовка в процессе занятий			
	Итого		34	

Календарно-тематическое планирование к рабочей программе курса учебной деятельности (факультатив) «Спортивные игры» для среднего общего образования (11 класс)

№	Раздел. Тема урока	Кол-во часов	Дата	
			План	Факт
1	Баскетбол. Закрепление техники передвижений, остановок, поворотов и стоек.	1		
2	Баскетбол. Закрепление техники ловли и передач мяча.	1		
3	Баскетбол. Закрепление техники бросков мяча. Броски одной и двумя руками в прыжке.	1		
4	Баскетбол. Закрепление техники вырывания и выбивания мяча, перехвата	1		
5	Баскетбол. Закрепление тактики игры. Позиционные нападения и личная защита 3:3,4:4. на одну корзину	2		
6	Баскетбол. Игра по упрощённым правилам баскетбола.	1		
7	Баскетбол. Нападения быстрым прорывом (3:2)	1		
8	Баскетбол. Нападения быстрым прорывом (3:2)	1		

9	Баскетбол. Взаимодействия двух игроков в нападении и защите	2		
10	Баскетбол. Дальнейшее техники вырывания и выбивания мяча, перехвата	1		
11	Баскетбол. Дальнейшее техники вырывания и выбивания мяча, перехвата	1		
12	Баскетбол. Игры по упрощенным правилам баскетбола.	2		
13	Баскетбол. Совершенствование психомоторных способностей	2		
14	Волейбол. Совершенствование технике передвижений, остановок.	1		
15	Волейбол. Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели.	2		
16	Волейбол. Совершенствование психомоторных способностей и навыков игры.	2		
17	Волейбол. Совершенствование координационные способности.	2		
18	Волейбол. Прием мяча, отраженного сеткой.	2		
19	Волейбол. Нижняя прямая подача мяча в заданную часть площадки.	1		
20	Волейбол. Прямой нападающий удар при встречных передачах.	1		
21	Волейбол. Тактика игры. Совершенствование тактики освоенных игровых действий.	2		
22	Волейбол. Совершенствование тактики освоенных игровых действий. Игра в нападении в зоне 3.	2		
23	Волейбол. Терминологии избранной спортивной игры; техники ловли, передачи, ведения мяча или броска, тактики нападений и защиты.	2		
			Всего часов	34

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 64075045638428745403327213019230093705736652727

Владелец Жолобов Алексей Александрович

Действителен с 26.04.2024 по 26.04.2025