

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области
средняя общеобразовательная школа № 3 «Центр образования»
городского округа Октябрьск Самарской области**

Рассмотрено
на заседании методического
объединения учителей
естественно – математического
цикла
Протокол № 1
от «27 » августа 2020 г.

Проверено.
Заместитель директора
по учебно-воспитательной работе
_____ Е. А. Лафинчук

Утверждаю.
Директор ГБОУ СОШ №3
г.о.Октябрьск

_____ Л. Ю. Шатрова

Приказ № 666-ОД
от « 31 » августа 2020 г.

**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности**

название курса "Спортивные игры"

класс 8

учитель Лебединский Л.Л.

Введение

Рабочая программа курса внеурочной деятельности в 8 классе «Спортивные игры» составлена с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012г. № 413 (в редакции от 29.06.2017г.), согласно требованиям СанПиНа, в соответствии с Комплексной программой физического воспитания учащихся 1—11 классов / В.И. Лях, А.А. Зданевич. – М.: Просвещение.

Рабочая программа рассчитана на 34 часа в год (1 час в неделю).

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

В результате изучения учебного курса «Спортивные игры» ученик должен:

Знать:

- особенности развития избранного вида спорта;
- правила спортивных игр;
- основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств, систем занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью;
- особенности и содержание физических упражнений общеразвивающей и корригирующей направленности, основы их использования в решении задач физического развития и укрепления здоровья;
- физиологические основы деятельности систем дыхания, кровообращения и энергообеспечения при мышечных нагрузках, возможности их развития и совершенствования средствами физической культуры в разные возрастные периоды;
- возрастные особенности развития ведущих психических процессов и физических качеств, возможности формирования индивидуальных черт и свойств личности посредством регулярных занятий физической культурой;
- психофункциональные особенности собственного организма;
- способы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью,
- правила использования спортивного инвентаря и оборудования, принципы создания простейших спортивных сооружений и площадок;
- правила личной гигиены, профилактики травматизма

Уметь:

- технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий физической культурой.

Содержание курса внеурочной деятельности, формы организации и виды деятельности

Содержание

Введение Вводная беседа.

Баскетбол. Ловля мяча двумя руками и одной рукой с поддержкой; ведение мяча с изменением скорости и направления движения; броски мяча одной и двумя руками разными способами с места и в движении; защитные действия против игрока без мяча и с мячом; действие двух нападающих против одного защитника; индивидуальные и групповые тактические действия; двусторонняя игра.

Волейбол. Верхняя передача и приём мяча снизу двумя руками; нижняя и верхняя прямая подача мяча; прямой нападающий удар; одиночное блокирование; двусторонняя игра.

Бадминтон. Подача короткая, высоко-далёкая; удары слева, сверху и снизу; двусторонняя игра.

Футбол. Удары по катящемуся мячу внутренней стороной стопы, подъёмом; остановка катящегося мяча подъёмом и подошвой, остановка мяча грудью; удары по мячу головой; обводка на медленной скорости; передача мяча партнёру; ловля низколетящего мяча вратарём; двусторонняя игра.

Итоговое занятие. Итоговое занятие и подведение итогов.

Формы организации и виды деятельности

Занятия проводятся в форме лекций, бесед, соревнований, практических занятий.

Виды деятельности: спортивно-оздоровительная деятельность, познавательная деятельность.

Тематическое планирование

№ п/п	Название разделов	Количество часов	Дата
Введение			
1	Вводная беседа	1	
Баскетбол			
2	Ловля мяча двумя руками и одной рукой с поддержкой	1	
3	Ведение мяча с изменением скорости и направления	1	
4	Движения; броски мяча одной и двумя руками разными способами с места	1	
5	Движения; броски мяча одной и двумя руками разными способами в движение	1	
6	Зашитные действия против игрока без мяча и с мячом	1	
7	Действие двух нападающих против одного защитника	1	
8	Индивидуальные и групповые тактические действия	1	
9	Двусторонняя игра в баскетбол.	1	
10	Двусторонняя игра в баскетбол на счёт.	1	
Волейбол.			
11	Верхняя передача и приём мяча снизу двумя руками	1	
12	Нижняя и верхняя прямая подача мяча	1	
13	Прямой нападающий удар	1	
14	Одиночное блокирование	1	
15	Двусторонняя игра в волейбол	1	
16	Двусторонняя игра в волейбол на счёт.	1	
Бадминтон			
17	Подача короткая	1	
18	Подача высоко-далёкая	1	
19	удары слева	1	
20	удары сверху и снизу	1	
21	двусторонняя игра в бадминтон	1	
22	двусторонняя игра в бадминтон на счёт	1	
Футбол.			
23	Удары по катящемуся мячу внутренней стороной стопы	1	
24	Удары по катящемуся мячу подъёмом	1	
25	остановка катящегося мяча подъёмом	1	
26	остановка катящегося мяча подошвой	1	
27	остановка мяча грудью	1	

28	удары по мячу головой	1	
29	обводка на медленной скорости	1	
30	передача мяча партнёру	1	
31	ловля низколетящего мяча вратарём	1	
32	двусторонняя игра в футбол	1	
33	двусторонняя игра в футбол на счёт	1	
Итоговое занятие			
34	Итоговое занятие и подведение итогов.	1	