


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
гимназия № 7

РАССМОТРЕНО

На заседании творческой
лаборатории учителей
протокол № 1
от «28» августа 2023 года
руководитель творческой
лаборатории
Бондарь С.И.
(Ф.И.О.)

(подпись)

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
УВР

(Ф.И.О.)

(подпись)
«29» августа 2023 года

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ гимназии № 7

(подпись) **Для** Н.В. Иванова
ДОКУМЕНТОВ
Приказ № 76
от «30» августа 2023 года


ПРИНЯТО

На заседании педагогического
совета МБОУ гимназия № 7
протокол №1
от «30» августа 2023 года

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

спортивно-оздоровительное направление

**«Спортивные игры»
для 11 класса**

Автор-составитель:
учитель **Бондарь Светлана
Ивановна**

2023 - 2024 учебный год
г. Хабаровск

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

среднего общего образования внеурочной деятельности

по предмету «Физическая культура» спортивно-оздоровительной направленности «Спортивные игры» для 11 класса

Пояснительная записка

Программа курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» для 11 класса относится к спортивно-оздоровительному направлению реализации внеурочной деятельности в рамках ФГОС и составлена на основе:

- Федерального Государственного стандарта среднего общего образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 413 от 17 мая 2012 г. «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования»)

- Письма МОиН РФ от 14 декабря 2015 г. №09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных образовательных программ»;

- «Закона об образовании в РФ» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ;

- на основе авторской программы В.И.Ляха «Физическая культура» 10-11 классы – М.: «Просвещение», 2012 год.

Разделы и темы выбраны с учётом имеющейся материальной базы и местных климатических условий. Программа рассчитана на учащихся 10-11 класса.

Программа по внеурочной деятельности «Спортивные игры» для учащихся 10-11 классов и на основании рекомендаций Департамента развития системы физкультурно-спортивного воспитания Министерства образования и науки Российской Федерации и направлена:

- на увеличение двигательной активности;
- развитие физических способностей учащихся;
- вовлечение и выполнение нормативов ФСК ГТО.

Игра – исключительно ценный способ вовлечения школьников в двигательную деятельность. Спортивные игры на занятиях используются для решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач. В играх главное внимание обращается на оздоровительную сторону, развитие физических способностей, стремление подростков организовывать свою деятельность, основываясь на четких и жестких правилах спортивных игр, которые дают возможность каждому обучающемуся развивать свои личностные качества, необходимые как в любых видах спорта, так и в обычной жизни.

Цель программы: развитие двигательной активности учащихся, достижение положительной динамики в развитии физических способностей и показателей физической подготовленности, формирование потребности в систематическом занятии физической культурой и спортом, участие в выполнении испытаний ФСК ГТО.

Задачи:

1. формирование здорового образа жизни;
2. обучение жизненно важным двигательным компетенциям;
3. воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций;
4. совершенствование тактических действий в и игре
5. подготовка и участие во ВФСК «ГТО»

Общая характеристика программы

В основе программы лежит системно-деятельностный подход, который создает основу для успешного совершенствования обучающимися различных компетенций в спортивных играх.

Программа составлена с учетом особенности работы образовательного учреждения, в образовательную деятельность включен Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». Данная программа имеет оздоровительное, спортивное и общеразвивающее значение и направлена на развитие и повышение уровня физической подготовленности обучающихся. Программа внеурочной деятельности имеет физкультурно-спортивную и оздоровительную направленность.

Для реализации программы школа имеет следующие ресурсы: спортивный зал, пришкольная спортивная площадка и естественный природный ландшафт для занятий на открытом воздухе в период учебного года.

Особенность программы заключается в поливариантности программно-методического арсенала, что позволяет из множества вариантов содержания и видов спортивно-оздоровительной и образовательной деятельности по физической культуре делать выбор игр, соответствующих возможностям обучающихся, их возрастным особенностям, устремлениям и интересам. При этом содержание соотносится с учебным материалом по физической культуре в соответствии с программой.

Форма организации: тренировка, турнир, игра, соревнования.

Место проведения: спортивный зал, спортивная площадка.

Место программы в учебном плане

Программа соответствует федеральному компоненту государственного образовательного стандарта и рассчитана на два года обучения из расчета 1 час в неделю.

Описание ценностных ориентиров содержания программы

Спортивные игры - один из способов всестороннего физического развития. Во время игры у учащихся: развивается ловкость, быстрота, выносливость, сила; формируются положительные нравственные качества. Особенностью спортивных игр является их соревновательный, творческий, коллективный характер, требующий от играющих умений взаимодействовать с командой в непрерывно меняющихся условиях ради достижения условной цели, согласно установленным правилам.

Планируемые результаты освоения программы

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы среднего общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данный курс направлен на достижение учащимися определенных результатов.

Личностные результаты

Ученик научится:

- формировать ответственное отношение к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формировать целостное мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки;
- формировать осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку;
- осваивать социальные нормы, правила поведения, роли и формы социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований;
- планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха;
- принимать активное участие в организации и проведении совместных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий;

- развивать моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формировать нравственные чувства;
- содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

Ученик получит возможность научиться:

- владеть знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний, травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;
- принимать активное участие в организации и проведении совместных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий;
- формировать потребности иметь хорошее телосложение в соответствии с принятыми нормами и представлениями;
- владеть умением осуществлять поиск информации по вопросам современных оздоровительных систем (в справочных источниках, учебнике, в сети Интернет и др.), а также обобщать, анализировать и применять полученные знания в самостоятельных занятиях физическими упражнениями и спортом.

Личностные результаты отражаются в готовности обучающихся к саморазвитию индивидуальных свойств личности, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Они включают в себя основы гражданской идентичности, сформированную мотивацию к обучению; и познанию в сфере физической культуры, умения использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Метапредметные результаты

Ученик научится:

- самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;
- овладевать сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека, в развитии его сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;
- бережно относиться к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявлять доброжелательность и отзывчивость к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;
- добросовестно выполнять учебные задания, осознанно стремиться к освоению новых знаний и умений, повышающих результативность выполнения заданий.
- знать факторы, потенциально опасных для здоровья (вредные привычки, ранние половые связи, допинг), и их опасных последствий;
- владеть способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержанием.

Ученик получит возможность научиться:

- соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- понимать культуру движений человека, постигать значения овладения жизненно важными двигательными умениями и навыками, исходя из целесообразности и эстетической привлекательности.

**распределение учебного времени прохождения программного материала
Учебно-тематический план (34 часа)**

№	Раздел программы	Количество часов	
		Практика	Теория
1.	<i>Основы знаний</i>	В процессе занятий	В процессе занятий
2.	<i>Физкультурно-оздоровительная деятельность:</i> комплексы ОРУ (с предметами и без) комплексы на формирование и коррекции фигуры		
3.	<i>Спортивно-оздоровительная деятельность:</i>	34	
3.1	Волейбол	12	
3.2	Баскетбол	12	
3.3	Настольный теннис	10	
	Итого:	34	

Содержание программного материала

Основы знаний.

Правила поведения и техника безопасности при проведении спортивных игр. Правила проведения соревнований по волейболу, баскетболу, настольному теннису.

Развитие двигательных способностей

Упражнения, направленные на развитие двигательных способностей (подготовка к выполнению спортивных нормативов ВФСК «ГТО»). Упражнения для развития гибкости, силы, быстроты, выносливости, ловкости.

Спортивные игры.

Баскетбол: правила игры, правила проведения соревнований, передвижения и остановки без мяча, ловля мяча, передача мяча, ведение мяча, броски мяча, отбор мяча, выполнение комбинаций из освоенных элементов, тактические действия в игре, учебная игра, осуществление судейства

Волейбол: правила игры, правила проведения соревнований, перемещения, передачи мяча, подача мяча, нападающий удар, прием мяча с подачи, тактические действия в игре, учебная игра, осуществление судейства

Соревновательная деятельность:

Соревнования по баскетболу, волейболу, настольному теннису.

Спортивные игры

Баскетбол

Волейбол

Настольный теннис

Личностные: - ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; ориентируется на самоанализ и самоконтроль результата; раскрывают внутреннюю позицию школьника.

Метапредметные: *Познавательные:* - самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями. *Регулятивные:* - формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. *Коммуникативные:* - договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов; используют речь для регуляции своего действия; допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействиях.

Предметные: освоить правила игры и осуществлять игровую деятельность.

Соревновательная деятельность

Личностные: - проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

Метапредметные:

Познавательные: - ориентируются в разнообразии способов решения задач; самостоятельно формулируют проблемы и находят способы их решения. *Регулятивные:* - планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя; используют установление правила в контроле способа решения.

Коммуникативные: - договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности; формулируют собственное мнение; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. **Предметные:** освоить правила проведения соревнований и осуществлять судейство.

Предполагаемые результаты курса

По окончании курса учащиеся научатся:

- понимать роль и значение занятий физическими упражнениями и спортивными играми для укрепления здоровья;
- самостоятельно организовывать тренировочный процесс;
- самостоятельно регулировать и контролировать физические нагрузки;
- осуществлять индивидуальные и групповые действия в игре;
- организовывать и проводить соревнования;
- подготовятся к выполнению ВФСК ГТО.

Учащиеся будут знать:

- правила спортивных игр и правила проведения соревнований;
- технику безопасности спортивных игр;
- терминологию, связанную с проведением и судейством игр;
- правила участия в ВФСК ГТО

Материально-техническое оснащение внеурочной деятельности по предмету:

- | | |
|---|------------------------------|
| 1. Стенка гимнастическая – Г | 15. Мячи волейбольные – Г |
| 2. Бревно (скамейка) гимнастическая – Г | 16. Сетка волейбольная – Д |
| 3. Козел гимнастический – Д | 17. Стойки волейбольные – Д |
| 4. Конь гимнастический – Д | 18. Мячи футбольные – Г |
| 5. Скамейка гимнастическая – Г | 19. Ворота малые - Д |
| 6. Мост гимнастический подкидной – Г | 20. Мяч малый 150гр. – Г |
| 7. Коврик гимнастический – Г | 21. Обручи - Г |
| 8. Гимнастические маты – Г | 22. Аптечка медицинская – Д |
| 9. Мяч малый (теннисный) – К | 23. Спортивный зал – игровой |
| 10. Скакалка гимнастическая – К | 24. Секундомер – Д |
| 11. Палка гимнастическая – Г | 25. Турник - Г |
| 12. Сетка для переноса мячей – Д | 26. Измерительная лента – Г |
| 13. Комплект щитов баскетбольных с кольцами
и сеткой – Д | 27. Рулетка - Д |
| 14. Мячи баскетбольные – Г | 28. Бруски - Г |
| | 29. Стойки для прыжков – Д |
| | 30. Планка для прыжков - Д |

Для отражения количественных показателей в требованиях используется следующая система обозначений: Д — демонстрационный экземпляр (1 экземпляр);

К — комплект (из расчета на каждого учащегося исходя из реальной наполняемости класса);

Г — комплект, необходимый для практической работы в группах, насчитывающих несколько учащихся.

МЕТОДИЧЕСКИЕ ПОСОБИЯ:

1. Внеурочная деятельность учащихся. Совершенствование видов двигательных действий в физической культуре: пособие для учителей и методистов/В.С.Кузнецов, Г.А.Колодницкий, -М,: Просвещение,2014
2. Внеурочная деятельность учащихся. Легкая атлетика: пособие для учителей и методистов/ Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов , М.В.Маслов -М,: Просвещение,2011
3. . Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/ Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов , М.В.Маслов -М,: Просвещение,2011
4. Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол: пособие для учителей и методистов/В.С.Кузнецов, Г.А.Колодницкий, -М,: Просвещение,2013