

НЕКОММЕРЧЕСКОЕ ПАРТНЕРСТВО  
«ЛАБИНСКИЙ ЦЕНТР ПРОФОРИЕНТАЦИИ»

РЕЦЕНЗИЯ

на программу внеурочной деятельности по теме «Спортивные игры»  
для учащихся 10 классов, составленную учителем физической  
культуры МБОУ СОШ № 7 имени К.К.Рокоссовского

**Кушнаревым Геннадием Юрьевичем**

Одной из центральных линий ФГОС выступают задачи формирования разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья. Учебный курс «Спортивные игры» в старшей школе выполняют особую роль, так как обладает мощным развивающим потенциалом. Специфика курса состоит в том, что он строится на психологической и дидактической базе, которая является в среднем школьном возрасте необходимым звеном целостного процесса духовного, нравственного и физического здоровья.

Целесообразность и актуальность программы заключается в том, что занятия по ней позволяют обучающимся восполнить недостаток навыков и овладеть необходимыми приемами игры во внеурочное время. Программа актуальна на сегодняшний день, так как её реализация восполняет недостаточность двигательной активности, имеющейся у подростков, производит оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

Новизна программы несомненна: так как в ней предусмотрено уделить большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приемов, что позволит учащимся повысить уровень подготовленности к соревновательной деятельности. Автор представил в программе доступные для учащихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики спортивных игр, влияющих на развитие физических способностей.

Основной целью программы является воспитание физически крепкого, выносливого и здорового поколения, способного вести здоровый образ жизни и использовать ценности занятий спортивными играми для самовоспитания, саморазвития и самореализации.

Рабочая программа направлена на формирование знаний и умений, в полной мере отвечает требованиям к результатам освоения учебной дисциплины в соответствии с ФГОС. Каждый раздел программы раскрывает рассматриваемые вопросы в логической последовательности, определяемой закономерностями обучения. Программа отвечает современным требованиям к обучению и практическому овладению навыками, обеспечивает единство обучения и воспитания, имеет чёткую структуру.



*Кушнарев Геннадий Юрьевич*  
*директора по УВР*  
*МБОУ СОШ №7 им. К.К.Рокоссовского*  
*Т.А. Кушнев*



Особая значимость программы заключается в том, что она решает задачи по повышению двигательной активности школьников. Поэтому с этой целью ведущей формой организации занятий является практическая деятельность наряду с групповой формой работы, во время занятий осуществляется индивидуальный и дифференцированный подход к обучающимся. В программе прописаны наиболее эффективные особенности спортивных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер. Большое воспитательное значение заложено в правилах игр. Они определяют весь ход игры: регулируют действия и поведение подростков, их взаимоотношения; содействуют формированию воли, т.е. они обеспечивают условия, в рамках которых учащийся не может не проявить воспитываемые у него качества.

Программа построена с учетом современных требований педагогики и психологии, обеспечивает единство воспитания и обучения, а также соответствует всем требованиям, предъявляемым к рабочим программам такого формата, и может быть использована в практике внеурочной деятельности в образовательных организациях.

Рецензент:

Ст. преподаватель

НП «Лабинский профцентр»

26.01.2023 г.



Е.В. Крамчанинов



*Валия Верна*  
*Заместитель директора по УВР*  
*ш. К.К. Фокосовского*  
*Т.А. Живцева*

г. Гулькевичи  
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 7 г. Гулькевичи муниципального  
образования Гулькевичский район имени дважды Героя Советского Союза  
К.К. Рокоссовского

## ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

тематическая  
(тип программы: комплексная/тематическая)  
(кружок, секция, факультатив, научное объединение и пр.)  
«Спортивные игры»  
2020-2021 г.г.  
(срок реализации программы)  
15-16 лет  
(возраст обучающихся)

Кушнарев Геннадий Юрьевич,  
учитель физической культуры  
(учитель составитель)

Программа разработана на основе: ФГОС СОО, Концепции развития  
физического образования в РФ



*Верна*  
*Заведующий МБОУ СОШ № 7 г. Гулькевичи*  
*И.А. Кисичева*

## Содержание

- 1 Пояснительная записка к программе учебного курса  
внеурочной деятельности «Спортивные игры» стр.3
- 2 Планируемые результаты освоения учебного курса  
внеурочной деятельности «Спортивные игры» стр.4
- 3 Содержание учебного курса внеурочной  
деятельности «Спортивные игры» стр.7



## 1. Пояснительная записка

Программа курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» для 10 класса составлена и реализуется на основе Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ФГОС СОО, Концепция развития физического образования в РФ.

Программа внеурочной деятельности по «Спортивные игры» предназначена для учащихся 10х классов. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями учащихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю, всего 34 часа в год.

Принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после уроков, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т. е. 40 минут. Реализация данной программы в рамках внеурочной деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке учащихся.

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.

Программа «Спортивные игры» призвана сформировать у учащихся 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 учащихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики спортивных игр, развитию физических способностей.

Цель курса внеурочной деятельности «Спортивные игры»:

- мотивация учащихся на ведение здорового образа жизни,
- формирование потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.
- укрепление здоровья, физического развития и подготовленности учащихся,
- 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 учащихся;
- популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;
- формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям спортивными играми;
- обучение технике и тактике спортивных игр;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-



- силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- формирование у учащихся необходимых теоретических знаний;
- воспитание моральных и волевых качеств.

## **2. Планируемые результаты освоения программы учебного курса внеурочной деятельности «Спортивные игры»**

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у учащихся 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 учащихся:

- 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.

### **Виды УУД, формируемые на занятиях внеурочной деятельности**

Личностные	Регулятивные	Познавательные	Коммуникативные
1.Самоопределение 2.Смыслообразование	1.Соотнесение известного и неизвестного Планирование 3.Оценка 4.Способность к волевому	1.Формулирование цели 2.Выделение необходимой информации 3.Структурирование 4.Выбор эффективных	1.Строить продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами 2.Постановка



	усилию	способов решения учебной задачи 5.Рефлексия 6.Анализ и синтез 7.Сравнение 8.Классификации 9.Действия	вопросов 3.Разрешение конфликтов
--	--------	---	-------------------------------------

**Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:**

-осознание учащимися 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 учащихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение учащихся к собственному здоровью.

**Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности**

**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 внеурочной деятельности по «Спортивные игры» учащиеся **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 свое поведение в жизненных ситуациях;

-отвечать за свои поступки;



-отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности «Спортивные игры» учащиеся **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 приемов игр и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приемов 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 приемы и тактические действия;
- контролировать свое 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.

**Способы проверки результатов:**

- диагностирование уровня физического развития, функциональных возможностей детей (ежегодно);
- тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков (ежегодно);
- анкетирование;
- участие в соревнованиях;
- сохранность контингента;
- анализ уровня заболеваемости воспитанников.



### 3. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ» 10 КЛАСС

№ п/п	Наименование раздела/темы	Количество часов	Форма организации видов деятельности
<b>Баскетбол (13 часов)</b>			
<i>Технические действия:</i>			
1.	<p>Совершенствование передвижений и остановок игрока.                      Стойки игрока.                      Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.                      Повороты без мяча и с мячом.                      Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение).                      Остановка двумя руками и прыжком.                      Повороты без мяча и с мячом.                      Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение).</p>	3	<p>Комбинированные занятия.                      Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.</p>



2.	<p>Передача мяча. Бросок мяча в движении Ловля и передача мяча на месте и в движении без сопротивления, с пассивным и активным сопротивлением защитника. Броски одной рукой в движении (после ведения, после ловли), без сопротивления защитника, с противодействием.</p>	3	<p>Комбинированные занятия. Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.</p>
3.	<p>Бросок мяча в прыжке Броски одной рукой в прыжке, без сопротивления защитника и с противодействием.</p>	2	<p>Комбинированные занятия. Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.</p>
<i>Тактические действия</i>			
4.	<p>Игра в защите Выравнивание и выбивание мяча. Перехват мяча. Позиционное нападение без изменения позиций игроков, с изменением позиций, личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5 на одну корзину.</p>	1	<p>Комбинированные занятия. Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.</p>



	<p>Тактические действия в нападении.          Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди».          Взаимодействие двух, трех игроков в нападение и защите через «заслон».          Взаимодействие игроков (тройка и малая восьмерка).</p>		
5.	<p>Игра в нападении          Выравнивание и выбивание мяча.          Перехват мяча.          Позиционное нападение без изменения позиций игроков, с изменением позиций, личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5 на одну корзину.          Тактические действия в нападении.          Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди».          Взаимодействие двух, трех игроков в нападение и защите через «заслон».          Взаимодействие игроков (тройка и малая восьмерка).</p>	1	<p>Комбинированные занятия.          Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.</p>



6.	Двухсторонняя игра Игра по правилам баскетбола	1	Целостно-игровые занятия. Построены на учебной двухсторонней игре по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.
7.	Судейство и организация соревнований Игра по правилам с привлечением учащихся к судейству.	1	Целостно-игровые занятия. Построены на учебной двухсторонней игре по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.
8.	Участие в соревнованиях Правила организация и проведения соревнований, участие в соревнованиях различного уровня.	1	Целостно-игровые занятия. Построены на учебной двухсторонней игре по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.
<b>Волейбол (12 часов)</b>			
9.	Верхняя передача двумя руками в прыжке Передача мяча у сетке и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели.	1	Однонаправленные занятия. Посвящены только одному из компонентов подготовки игрока: техники, тактики или общефизической подготовке.
10.	Передача двумя руками назад Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели.	1	Однонаправленные занятия. Посвящены только одному из компонентов подготовки игрока: техники, тактики или общефизической подготовке.

11.	<p>Прямой нападающий удар  Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.  Прямой нападающий удар при встречных передачах.</p>	1	<p>Комбинированные занятия.  Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.</p>
12.	<p>Совершенствование приема мяча с подачи и в защите  Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, блокирование.</p>	2	<p>Комбинированные занятия.  Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.</p>
13.	<p>Одиночное блокирование и страховка  Одиночное блокирование и страховка</p>	1	<p>Однонаправленные занятия.  Посвящены только одному из компонентов подготовки игрока: техники, тактики или общефизической подготовке.</p>
14.	<p>Двусторонняя учебная игра  Игры и игровые задания по упрощенным правилам. Игра по правилам.  Взаимодействие игроков линии защиты и нападения.</p>	2	<p>Целостно-игровые занятия.  Построены на учебной двухсторонней игре по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.</p>



15.	Командные тактические действия в нападении и защите Взаимодействие игроков на площадке в нападении и защите. Игры и игровые задания по усложненным правилам, с ограничением пространства и с ограниченным количеством игроков.	2	Комбинированные занятия. Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.
16.	Судейская практика Игра по правилам с привлечением учащихся к судейству. Жесты судей.	1	Целостно-игровые занятия. Построены на учебной двухсторонней игре по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.
17.	Соревнования Правила организация и проведения соревнований, участие в соревнованиях различного уровня.	1	Целостно-игровые занятия. Построены на учебной двухсторонней игре по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.
<b>Футбол (10 часов)</b>			
<i>Техника игры</i>			

18.	Удары по мячу, остановка мяча Удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.	1	Однонаправленные занятия. Посвящены только одному из компонентов подготовки игрока: техники, тактики или общефизической подготовке.
19.	Ведение мяча, ложные движения (финты) Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения без сопротивления защитника, с пассивным и активным сопротивлением защитника ведущей и не ведущей ногой. Ложные движения.	1	Однонаправленные занятия. Посвящены только одному из компонентов подготовки игрока: техники, тактики или общефизической подготовке.
20.	Отбор мяча, перехват мяча Перехват, выбивание мяча. Удар (пас), прием мяча, остановка.	1	Однонаправленные занятия. Посвящены только одному из компонентов подготовки игрока: техники, тактики или общефизической подготовке.
21.	Вбрасывание мяча Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом.	1	Однонаправленные занятия. Посвящены только одному из компонентов подготовки игрока: техники, тактики или общефизической подготовке.



22.	Техника игры вратаря Игра вратаря	1	Однонаправленные занятия.  Посвящены только одному из компонентов подготовки игрока: техники, тактики или общефизической подготовке.
<i>Тактика игры</i>			
23.	Тактические действия, тактика вратаря Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Командные действия. Взаимодействие защитников и вратаря.	1	Комбинированные занятия.  Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.
24.	Тактика игры в нападении и защите Нападения и защита в игровых заданиях с атакой и без атаки ворот. Игра по правилам.	1	Комбинированные занятия.  Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.
25.	Судейская практика Игра по правилам с привлечением учащихся к судейству.	1	Целостно-игровые занятия.  Построены на учебной двухсторонней игре по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.