

ПРИНЯТО

Протокол заседания педагогического
совета №01-ПП от 30.08.2023г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказ руководителя ОУ № 36-ОП от
30.08.2023г.



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Андогская средняя школа имени Героя Советского Союза А.А. Карташова»

Кадуйский округ, Вологодская область

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

«Спортивные игры»

5-9 класс

Учитель: Аверина А.А.

с. Никольское

2023 г.

Пояснительная записка

В программе представлены доступные для обучающихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в волейбол и баскетбол, развитию физических способностей. Программа предусматривает распределение учебно-тренировочного материала на год обучения для 5-9 классов.

Нормативно-правовой и документальной базой рабочей программы по формированию культуры здоровья учащихся являются:

1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ
2. Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 г. № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (с последующим изменениями и дополнениями);
3. Федеральная основная образовательная программа основного общего образования, утвержденная приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18 мая 2023 г. № 370 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 13июля 2023 г., регистрационный № 74229).
4. Основная образовательная программа основного общего образования МБОУ «Андогская СШ», приказ №36-ОП от 30.08.2023г

Рабочая программа «Волейбол» разработана на основе «Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол» ФГОС. Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. М.: Просвещение, 2011г. «Физическая культура. Рабочие программы. 2-е издание. Москва «Просвещение», 2012г.

Рабочая программа «Баскетбол» разработана на основе «Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол: пособие для учителей и методистов». ФГОС. Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов М.: Просвещение, 2013г. «Физическая культура. Рабочие программы. 2-е издание. Москва «Просвещение», 2013г.

Спортивные игры - осмысленная деятельность, направленная на достижение конкретных двигательных задач в быстроменяющихся условиях. Спортивные игры — одно из важных средств всестороннего воспитания детей. Характерная их особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

Целесообразность и актуальность программы заключается в том, что занятия по ней, позволят учащимся восполнить недостаток навыков и овладеть необходимыми приёмами игры, так как количество учебных часов отведённых на изучение раздела «Волейбол» и «Баскетбол» в школьной программе недостаточно для качественного овладения игровыми навыками и в особенности тактическими приёмами. Программа актуальна на сегодняшний день, так как её реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у подростков, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма. Новизна программы заключается в том, что в ней предусмотрено уделить большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приёмов, что позволит учащимся идти в ногу со временем и повысить уровень соревновательной деятельности в волейболе и баскетболе. Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку, которой в других программах уделено незаслуженно мало внимания.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья обучающихся, в её основу положены культурологический и личностно-ориентированный подходы. Программа по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Волейбол» и «Баскетбол» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих **целей**:

- укрепление здоровья, физического развития и подготовленности;
- воспитание личностных качеств;

- освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранного вида спорта.

Цели конкретизированы следующими **задачами**:

- Пропаганда здорового образа жизни, укреплять здоровье, содействовать гармоническому физическому развитию занимающихся.
- Популяризация волейбола и баскетбола как вида спорта и активного отдыха.
- Формировать у обучающихся устойчивого интереса к занятиям.
- Обучать технике и тактике игры в волейбол и баскетбол.
- Развивать физические способности (силовые, скоростные, скоростно-силовые, координационные, а также выносливость, гибкость).
- Формировать у обучающихся необходимых теоретических знания.
- Воспитывать моральные и волевые качества.

Режим занятий. Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Волейбол» и «Баскетбол» предназначена для обучающихся 5-8 классов по 34 часа в год, по 1 часу 1 раз в неделю, для 9 класса по 17 часов в год, по 0,5 часа в неделю.

В основе рабочей программы «Волейбол» и «Баскетбол» лежат спортивно-оздоровительные ориентиры, достижение которых определяется воспитательными результатами. Программа курса обеспечивает достижение воспитательных результатов первого, второго и третьего уровней.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Результаты освоения программного материала оцениваются по трём базовым уровням и представлены соответственно **личностными, метапредметными и предметными результатами.**

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» и «Баскетбол» является формирование следующих умений:

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. Регулятивные УУД:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;

- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

2. Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

3. Коммуникативные УУД:

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

Рабочая программа ориентирована на достижение определенных воспитательных результатов:

- 1. Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимание социальных реальностей в повседневной жизни):** правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказание доврачебной помощи; влияние здоровья на успешную учебную деятельность; значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья; оценка поведения жизненных ситуаций; отстаивание нравственной позиции в ситуации выбора; правильное осуществление двигательных действий и их использования в условиях соревновательной деятельности, и организации собственного досуга; проведение самостоятельных занятий по развитию основных физических способностей, коррекция осанки и телосложения; правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказание первой

помощи при травмах и несчастных случаях; правила пользования современным спортивным инвентарем и оборудованием.

2. **Результаты второго уровня** (формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие адаптивных свойств организма, укрепление здоровья и повышения физической подготовленности; развитие индивидуальных двигательных режимов, подбор и планирование физических упражнений, управление своими эмоциями, взаимодействие со взрослыми и сверстниками, владение культурой общения; развитие ценностных отношений школьника к спорту и физкультуре, к родному Отечеству, его истории и народу.
3. **Результаты третьего уровня** (получение школьником опыта самостоятельного общественного действия): приобретение школьником опыта самообслуживания, самоорганизации, и организации совместной деятельности с другими школьниками; получения опыта управления с другими людьми и принятия на себя ответственности за других людей.

По окончании курса учащийся получит возможность владеть понятиями «Техника игры», «Тактика игры», знать правила игры, владеть основными техническими приемами, применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий волейболом и баскетболом, сформировать первичные навыки судейства. Основной формой подведения итогов является соревнование.

Содержание курса внеурочной деятельности на 5-9 классы

Основы знаний (теоретическая часть): 4 часа

- Основы истории развития волейбола и баскетбола в России;
- Сведения о строении и функциях организма человека;
- Правила игры в волейбол и баскетбол;
- Места занятий, инвентарь.

Общеспортивная подготовка (практическая часть): 29 часов

- Строевые упражнения;
- Гимнастические упражнения;
- Легкоатлетические упражнения;
- Подвижные и спортивные игры.
- Специальная физическая подготовка (практическая часть):
- Упражнения для привития навыков быстроты ответных действий;
- Подвижные игры;
- Упражнения для развития прыгучести;
- Упражнения для развития качеств, необходимых при приемах и передачах мяча;
- Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении передач мяча;
- Техника нападения (практическая часть):
- Перемещения и стойки;
- Действия с мячом. Передачи мяча;
- Техника защиты:
- Действия без мяча: скачек вперед, остановка прыжком, сочетание способов перемещений и остановок.
- Тактическая подготовка. Тактика нападения:
- Индивидуальные действия
- Командные действия
- Тактика защиты:
- Индивидуальные действия
- Командные действия

- Контрольные игры и соревнования:
- теоретическая часть
- Правила соревнований
- практическая часть:
- Соревнования по подвижным играм с элементами волейбола и баскетбола
- Учебно-тренировочные игры
- Физическая подготовленность

Стойки и перемещения. 1 час

Перемещения приставными шагами лицом вперёд, правым, левым боком вперёд и спиной вперёд.

Особенности оценки предметных результатов по спортивным играм

1. Список итоговых планируемых результатов с указанием этапов их формирования и способов оценки

5 класс

№ оценочной процедуры	Проверяемые умения (критерии оценки)/планируемые результаты	Форма оценивания	Примерная дата проведения
1	Демонстрировать и выполнять двигательные действия и использовать их в условиях соревновательной деятельности	Игра	Декабрь
2	Демонстрировать и выполнять двигательные действия и использовать их в условиях соревновательной деятельности	Игра	май

6 класс

№ оценочной процедуры	Проверяемые умения (критерии оценки)/планируемые результаты	Форма оценивания	Примерная дата проведения
1	Демонстрировать и выполнять двигательные действия и использовать их в условиях соревновательной деятельности	Игра	Декабрь
2	Демонстрировать и выполнять двигательные действия и использовать их в условиях соревновательной деятельности	Игра	май

7 класс

№ оценочной	Проверяемые умения (критерии оценки)/планируемые результаты	Форма оценивания	Примерная дата проведения
-------------	---	------------------	---------------------------

процедуры			
1	Демонстрировать и выполнять двигательные действия и использовать их в условиях соревновательной деятельности	Игра	Декабрь
2	Демонстрировать и выполнять двигательные действия и использовать их в условиях соревновательной деятельности	Игра	май

8 класс

№ оценочной процедуры	Проверяемые умения (критерии оценки)/планируемые результаты	Форма оценивания	Примерная дата проведения
1	Демонстрировать и выполнять двигательные действия и использовать их в условиях соревновательной деятельности	Игра	Декабрь
2	Демонстрировать и выполнять двигательные действия и использовать их в условиях соревновательной деятельности	Игра	май

9 класс

№ оценочной процедуры	Проверяемые умения (критерии оценки)/планируемые результаты	Форма оценивания	Примерная дата проведения
1	Демонстрировать и выполнять двигательные действия и использовать их в условиях соревновательной и судейской деятельности	Игра	Декабрь
2	Демонстрировать и выполнять двигательные действия и использовать их в условиях соревновательной и судейской деятельности	Игра	май

2. Требования к выставлению отметок за промежуточную аттестацию

При организации промежуточной аттестации используется накопительный подход, который основывается на выведении годовой отметки (с/а – среднее арифметическое) успеваемости учащихся на основе совокупности четвертных отметок.

3. График контрольных мероприятий

Контрольных работ по учебному предмету спортивные игры не предусматривается.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 класс

№ п/п	Тема	Количество часов	Электронные (цифровые) ресурсы
1.	Здоровый образ жизни	1	
2.	Здоровье в порядке – спасибо зарядке!	1	
3.	Личная гигиена. Профилактика травматизма	1	
4.	Нарушение осанки	1	
5.	Техника и обучение техническим приёмам игры	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7465/
6.	Обучение стойке волейболиста и технике перемещений	1	
7.	Обучение технике передачи мяча сверху двумя руками вверх-вперёд (в опорном положении) на месте.	1	
8.	Освоение расположения кистей и пальцев рук на мяче.	1	
9.	Передачи мяча.	1	
10.	Обучение технике передачи мяча сверху двумя руками вверх-вперёд (в опорном положении) в движении.	1	
11.	Подвижные игры с верхней передачей мяча.	1	
12.	Обучение нижней прямой подаче.	1	
13.	Обучение приёму мяча снизу двумя руками.	1	
14.	Верхняя прямая подача.	1	
15.	Профилактика травматизма.	1	
16.	Передача мяча через сетку в прыжке.	1	
17.	Передача мяча сверху двумя руками назад (в опорном положении).	1	
18.	Приём мяча, отражённого сеткой.	1	
19.	Игра мини-волейбол.	1	
20.	Профилактика травматизма.	1	
21.	Техника и обучение техническим приёмам игры.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7464/
22.	Стойки и перемещения баскетболиста.	1	
23.	Ведение мяча в различных	1	

	направлениях шагом и бегом.		
24.	Ведение мяча через препятствия.	1	
25.	Остановка прыжком.	1	
26.	Остановка «в два шага».	1	
27.	Передачи мяча.	1	
28.	Ловля мяча на месте.	1	
29.	Ловля мяча в движении.	1	
30.	Бросок мяча с места. Передача мяча в движении.	1	
31.	Броски в кольцо одной рукой от плеча.	1	
32.	Обучение штрафному броску.	1	
33.	Эстафеты с ловлей и передачей мяча с ведением.	1	
34.	Игра мини-баскетбол.	1	

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

6 класс

№ п/п	Тема	Количество часов	Электронные (цифровые) ресурсы
1.	Здоровый образ жизни	1	
2.	Личная гигиена. Профилактика травматизма	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7134/
3.	Нарушение осанки	1	
4.	Техника и обучение техническим приёмам игры	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7157/start/
5.	Стойка волейболиста и техника перемещения	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7156/
6.	Техника передачи мяча сверху двумя руками вверх-вперёд (в опорном положении) на месте.	1	
7.	Передачи мяча.	1	
8.	Обучение техники передачи мяча сверху двумя руками вверх-вперёд (в опорном положении) в движении.	1	
9.	Подвижные игры с верхней передачей мяча.	1	
10.	Обучение нижней прямой подаче.	1	
11.	Обучение приёму мяча снизу двумя руками.	1	
12.	Профилактика травматизма.	1	
13.	Передача мяча сверху двумя руками назад (в опорном положении).	1	
14.	Приём мяча, отражённого сеткой.	1	

15.	Прием мяча двумя руками снизу.	1	
16.	Многократные передачи над собой.	1	
17.	Учебная игра по упрощенным правилам	1	
18.	Техника и обучение техническим приёмам игры	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/start/
19.	Профилактика травматизма.	1	
20.	Стойки и перемещения.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7154/start/
21.	Остановки баскетболиста.	1	
22.	Передачи мяча на месте в парах и тройках.	1	
23.	Передачи мяча в движении.	1	
24.	Ловля мяча на месте.	1	
25.	Ловля мяча в движении.	1	
26.	Ведение мяча на задание.	1	
27.	Броски в кольцо.	1	
28.	Обучение игры в защите	1	
29.	Отработка приемов в защите	1	
30.	Обучение игры в нападении	1	
31.	Отработка приемов в нападении	1	
32.	Нападение с пассивным защитником.	1	
33.	Нападение с активным защитником.	1	
34.	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1	

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 7 класс

№ п/п	Тема	Количество часов	Электронные (цифровые) ресурсы
1.	Здоровый образ жизни. Личная гигиена.	1	
2.	Здоровье в порядке – спасибо зарядке!	1	
3.	Профилактика травматизма	1	
4.	Нарушение осанки	1	
5.	Техника и обучение техническим приёмам игры	1	
6.	Техника передачи мяча сверху двумя руками вверх-вперёд (в опорном положении) на месте.	1	
7.	Передачи мяча.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3164/
8.	Техника передачи мяча сверху двумя руками вверх-вперёд (в опорном положении) в движении.	1	
9.	Подвижные игры с верхней передачей мяча.	1	

10.	Нижняя прямая подача.	1	
11.	Приём мяча снизу двумя руками.	1	
12.	Верхняя прямая подача.	1	
13.	Профилактика травматизма.	1	
14.	Передача мяча через сетку в прыжке.	1	
15.	Передача мяча сверху двумя руками назад (в опорном положении).	1	
16.	Приём мяча, отражённого сеткой.	1	
17.	Имитация нападающего удара в прыжке с места.	1	
18.	Имитация нападающего удара в прыжке с разбега.	1	
19.	Нападающий удар через сетку после подбрасывания мяча.	1	
20.	Игра волейбол	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3418/
21.	Профилактика травматизма	1	
22.	Техника и обучение техническим приёмам игры	1	
23.	Стойки и перемещения.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3198/
24.	Остановки баскетболиста.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3199/
25.	Передачи мяча на месте в парах и тройках.	1	
26.	Броски по кольцу.	1	
27.	Штрафной бросок.	1	
28.	Отработка приемов в защите.	1	
29.	Отработка приемов в нападении.	1	
30.	Выход 1х1	1	
31.	Выход 2х1	1	
32.	Выход 2х2	1	
33.	Повторение ранее изученных элементов.	1	
34.	Игра в баскетбол.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3197/

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

8 класс

№ п/п	Тема	Количество часов	Электронные (цифровые) ресурсы
1.	Здоровый образ жизни. Личная гигиена.	1	
2.	Здоровье в порядке - спасибо зарядке!	1	
3.	Профилактика травматизма	1	
4.	Нарушение осанки	1	
5.	Техника и совершенствование технических приёмов игры	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3218/
6.	Совершенствование техники	1	

	передачи мяча сверху двумя руками вверх-вперёд (в опорном положении) на месте.		
7.	Передачи мяча.	1	
8.	Совершенствование техники передачи мяча сверху двумя руками вверх-вперёд (в опорном положении) в движении.	1	
9.	Подвижные игры с верхней передачей мяча.	1	
10.	Нижняя прямая подача.	1	
11.	Верхняя прямая подача.	1	
12.	Передача мяча сверху двумя руками назад (в опорном положении).	1	
13.	Имитация нападающего удара в прыжке с места.	1	
14.	Имитация нападающего удара в прыжке с разбега.	1	
15.	Нападающий удар через сетку после подбрасывания мяча.	1	
16.	Одиночное блокирование.	1	
17.	Имитация блокирования.	1	
18.	Передвижение вдоль сетки, с остановкой, прыжком и выносом рук над сеткой.	1	
19.	Блокирование после набрасывания над сеткой.	1	
20.	Игра волейбол	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3472/
21.	Профилактика травматизма	1	
22.	Техника и совершенствование техническим приёмам игры	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3214/
23.	Остановки после ведения мяча.	1	
24.	Передачи мяча в движении в тройках.	1	
25.	Бросок в кольцо.	1	
26.	Штрафной бросок.	1	
27.	Отработка приемов в защите.	1	
28.	Отработка приемов в нападении.	1	
29.	Выход 1х1	1	
30.	Выход 2х1	1	
31.	Выход 2х2	1	
32.	Повторение изученных элементов.	1	
33.	Игра в баскетбол.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3464/
34.	Игра в баскетбол.	1	

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**9 класс**

№ п/п	Тема	Количество часов	Электронные (цифровые) ресурсы
1	Здоровый образ жизни. Личная гигиена	1	
2	Профилактика травматизма	1	
3	Совершенствование изученных элементов в волейболе	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3462/
4	Прямой нападающий удар.	1	
5	Нападающий удар через сетку после подбрасывания мяча.	1	
6	Одиночное блокирование	1	
7	Блокирование после набрасывания над сеткой.	1	
8	Блокирование нападающего удара выполненного из разных зон.	1	
9	Судейство игры волейбол.	1	
10	Организация соревнований.	1	
11	Учебная игра волейбол.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3235/
12	Профилактика травматизма	1	
13	Совершенствование изученных элементов в баскетболе	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3456/
14	Отработка приемов в защите и нападении.	1	
15	Судейство игры баскетбол.	1	
16	Организация соревнований.	1	
17	Учебная игра в баскетбол.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3231/