РАССМОТРЕНО:	СОГЛАСОВАНО:	УТВЕРЖДЕНО:
на заседании методического объединения классных руководителей протокол № 1 от 29 августа 2022г.	зам директора по ВР _____/О.С. Баканова	приказом по МАОУ СОШ №6 №103-о от 31 августа 2022 года

Загваздин Сергей Александрович
Я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
2022.08.31 12:06:12+05'00'

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
для 5-11 классов внеурочной деятельности
«Спортивные игры»
(спортивно-оздоровительное направление)

на 2022/2023 учебный год

Разработала программу:
учитель физкультуры
Голубкова Алена Витальевна

Тобольск, 2022

1. АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Рабочая программа по курсу «Спортивные игры» для 5-11 классов составлена на основе «Комплексной программы физического воспитания учащихся 5-9, 10-11 классов образовательных учреждений» под редакцией В.И. Ляха. Рабочая программа по курсу «Спортивные игры» для 1-11 классов переработана и модифицирована

На изучение курса «Спортивные игры» в 3-11 классах в учебном плане МАОУ СОШ №6 отводится 4,5 часа в неделю, 153 часа в год.

Цель: формирование интереса и потребности школьников к занятиям физической культурой и спортом, популяризация спортивных игры среди учащихся школы, пропаганда ЗОЖ

2. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Основы методики обучения в волейболе.
Понятие об обучении и тренировке в волейболе. Классификация упражнений, применяемых в учебно-тренировочном процессе по волейболу.
Правила соревнований, их организация и проведение. Роль соревнований в спортивной подготовке юных волейболистов. Виды соревнований. Понятие о методике судейства.

Формы проведения занятий:

1. Практические занятия;
2. Эстафеты;
3. Подвижные игры;
4. Спортивные соревнования;
5. Физкультурные праздники;
6. Обучающие и двусторонние игры;
7. Товарищеские встречи.

3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Занятия дают возможность достичь **личностных** результатов: (личностные, метапредметные и предметные результаты, получаемые учащимися в результате освоения программы)
– сформировавшиеся в образовательном процессе качества личности; мировоззрение, убеждения, нравственные принципы, система ценностных отношений личности к себе, другим людям, профессиональной деятельности, гражданским правам и обязанностям, государственному строю, духовной сфере, общественной жизни; результаты, отражающие социальную активность, общественную деятельность (сформированность общественной активности личности, гражданской позиции, культуры общения и поведения в социуме, навыков здорового образа жизни, самоопределение, нравственно-этическая ориентация и др.)
Метапредметные результаты – освоенные обучающимися ключевые компетенции (ценностно-смысловая, общекультурная, учебно-познавательная, информационная, коммуникативная, социально-трудовая, личностного самосовершенствования), применимые как в рамках образовательного процесса, так и при решении проблем в реальных жизненных ситуациях.
Предметные результаты – освоенный обучающимися опыт специфической деятельности по получению продукта/нового знания, его преобразованию и применению: знания и умения,

конкретные элементы практического опыта - навыки или предпрофессиональные/предметные компетенции – конструкторская, техническая, технологическая и т.п.
Ожидаемый результат непосредственно проистекает из задач, поэтому должен отражать все три заявленные в задачах составляющие: обучение, развитие, воспитание личности учащегося.
Ожидаемым результатам прохождения программы должен стать интерес детей к спорту, в частности, к волейболу.

4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ, ОТВОДИМЫХ НА ОСВОЕНИЕ КАЖДОЙ ТЕМЫ ВНЕУРОЧНОГО КУРСА И ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПО ЭТОЙ ТЕМЕ ЭЛЕКТРОННЫХ (ЦИФРОВЫХ) ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ РЕСУРСОВ

№	Тема	Форма проведения занятия с указанием цифровых образовательных ресурсов	Часы
1	1.Техника безопасности на занятиях по спортивным играм. 2. Перемещения и стойка волейболиста. 3. Передача мяча двумя руками сверху.	Практическое занятие	1,5
2	1. ОФП. 2. Перемещения и стойка волейболиста. 3. Передача мяча двумя руками сверху. 4.Подвижные игры с элементами волейбола.	Практическое занятие	1,5
3	1. Развитие быстроты перемещения. 2. Прием и передача мяча снизу двумя руками. 3. Подвижные игры с элементами волейбола.	Практическое занятие	1,5
4	1. ОФП. 2.Передеача мяча сверху двумя руками в средней и низкой стойках и после перемещения. 3.Подвижные игры и эстафеты.	Практическое занятие	1,5
5	1. Передача и прием мяча сверху двумя руками после перемещений. 2. Техника приема и передачи мяча снизу двумя руками. 3.Подвижные игры с элементами волейбола.	Практическое занятие	1,5
6	1.ОФП. 2. Прием и передача мяча двумя руками снизу. 3. Ознакомление с основными правилами игры в волейбол.	Практическое занятие	1,5
7	1. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками. 2. СФП. Подвижные игры с элементами волейбола.	Практическое занятие	1,5
8	1. Развитие быстроты и прыгучести. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками. 3. Введение в начальные игровые ситуации.	Практическое занятие	1,5
9	1. Развитие быстроты и прыгучести. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Введение в начальные игровые ситуации.	Практическое занятие	1,5
10	1. Физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками. 3..Подвижные игры с элементами волейбола.	Практическое занятие	1,5
11	1. Развитие быстроты и прыгучести 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками.	Практическое занятие	1,5

	3. Нижняя прямая подача.		
12	1. Физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками. 3. Совершенствование навыков нижней прямой подачи мяча.	Практическое занятие	1,5
13	1. Нижняя прямая подача. 2. Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом. 3.Введение в начальные игровые ситуации.	Практическое занятие	1,5
14	1. Нижняя прямая подача мяча. 2.Передачи мяча сверху двумя руками, над собой – на месте и после перемещения различными способами. 3. Введение в начальные игровые ситуации.	Практическое занятие	1,5
15	1. Нижняя прямая подача мяча. 2.Передачи мяча сверху двумя руками, над собой – на месте и после перемещения различными способами. 3.Подвижные игры и эстафеты.	Практическое занятие	1,5
16	1.Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях. 2.Нижняя прямая подача. 3.ОФП.	Практическое занятие	1,5
17	1.Передача мяча двумя руками сверху на месте через сетку. 2.Нижняя прямая подача. 3.Игра «Пионербол» с элементами волейбола.	Практическое занятие	1,5
18	1.Передача мяча над собой. 2.Передача мяча двумя сверху у стены. 3. Игра «Пионербол» с элементами волейбола.	Практическое занятие	1,5
19	1.Передачи мяча сверху двумя руками, над собой – на месте и после перемещения различными способами. 2. Введение в начальные игровые ситуации. 3.Игра «Пионербол» с элементами волейбола.	Практическое занятие	1,5
20	1.Передача мяча двумя руками сверху через сетку с перемещением. 2.Нижняя прямая подача. 3. Игра «Пионербол» с элементами волейбола	Практическое занятие	1,5
21	1.Передача мяча двумя сверху у стены. 2. Нижняя прямая подача. 3. Игра «Пионербол» с элементами волейбола.	Практическое занятие	1,5
22	1.Передача мяча двумя руками сверху и снизу через сетку с перемещением. 2. Нижняя прямая подача. 3.Игра «Пионербол» с элементами волейбола.	Практическое занятие	1,5
23	1. Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в разные зоны соперника. 2.Прием подачи. 3.Введение в начальные игровые ситуации.	Практическое занятие	1,5

24	1. Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в разные зоны соперника. 2.Прием подачи. 3.Введение в начальные игровые ситуации.	Практическое занятие	1,5
25	1. Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в разные зоны соперника. 2.Прием подачи. 3.Введение в начальные игровые ситуации.	Практическое занятие	1,5
26	1.Прием и передача мяча. 2.Нижняя прямая подача по указанным зонам. 3.ОФП.	Практическое занятие	1,5
27	1.Прием и передача мяча. 2.Нижняя прямая подача по указанным зонам. 3.Эстафеты.	Практическое занятие	1,5
28	1.Развитие силовой выносливости. 2.Прием и передача мяча. 3.Нижняя прямая подача по указанным зонам.	Практическое занятие	1,5
29	1.Развитие скорости 2.Прием и передача мяча. 3.Нижняя прямая подача по указанным зонам.	Практическое занятие	1,5
30	1.Общая и специальная подготовка. 2.Прием подачи. 3.Нижняя прямая подача по указанным зонам.	Практическое занятие	1,5
31	1. Обучение защитным действиям. 2. Совершенствование навыков нижней подачи. 3.Учебная игра	Практическое занятие	1,5
32	1.Защитные действия. 2. Подводящие упражнения для нападающих действий. 3.Учебная игра.	Практическое занятие	1,5
33	1. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча. 2. Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением. 3. Изучение индивидуальных тактических действий в защите.	Практическое занятие	1,5
34	1. Развитие прыгучести. 2.Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча. 3.Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением.	Практическое занятие	1,5
35	1. Прямой нападающий удар. 2. Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением. 3. Изучение индивидуальных тактических действий в защите.	Практическое занятие	1,5
36	1. Прямой нападающий удар. 2.Навыки приема и передачи мяча после перемещений и падения. 3.Учебная игра	Практическое занятие	1,5

37	1.Контрольное испытание по общей физической подготовке. 2.Двухсторонняя контрольная игра.	Практическое занятие	1,5
38	1.Развитие специальной ловкости. 2.Упражнения для обучения блокированию. 3.Учебная игра	Практическое занятие	1,5
39	1.Нападающий удар по неподвижному мячу. 2.Упражнения для обучения блокированию. 3. Учебно – тренировочная игра в волейбол.	Практическое занятие	1,5
40	1.Прямой нападающий удар. 2.Одиночное блокирование. 3.Учебно – тренировочная игра.	Практическое занятие	1,5
41	1. Развитие прыгучести . 2. Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям в нападении. 3.Учебно – тренировочная игра.	Практическое занятие	1,5
42	1.Совершенствование нападающего удара и приёма мяча снизу. 2.Одиночное блокирование. 3.Двухсторонняя игра.	Практическое занятие	1,5
43	1.Совершенствование нападающего удара и приёма мяча снизу. 2.Одиночное блокирование. 3.Двухсторонняя игра.	Практическое занятие	1,5
44	1. Совершенствование навыков блокирования. 2. Совершенствование навыка прямого нападающего удара. 3. Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям в нападении.	Практическое занятие	1,5
45	1.Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. 2.Учебно – тренировочная игра	Практическое занятие	1,5
46	1.ОФП. 2 Совершенствование навыков защитных действий. 3.Учебная игра	Практическое занятие	1,5
47	1.Круговая тренировка на развитие силовых качеств. 2.Приемы и передачи мяча. 3.Учебная игра	Практическое занятие	1,5
48	1.Развитие силовых качеств посредством подвижных игр с элементами волейбола.	Практическое занятие	1,5
49	1. Совершенствование навыков защитных действий и действия в нападении посредством учебно-тренировочной игры. 2.Круговая тренировка на развитие силовых качеств.	Практическое занятие	1,5
50	1. Совершенствование навыков защитных действий. 2. Совершенствование техники нижней прямой подачи.	Практическое занятие	1,5

	3. Обучение командным тактическим действиям в нападении.		
51	1.Эстафеты с различными видами спортивных игр. 2. Совершенствование прямого нападающего удара. 3.Развитие прыгучести	Практическое занятие	1,5
52	1.Совершенствование техники нападающего удара и постановки блока. 2.Двухсторонняя игра в волейбол. 3.Подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола.	Практическое занятие	1,5
53	1.Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. 2.Учебно – тренировочная игра	Практическое занятие	1,5
54	1.Прыжковая и силовая работа на развитее точных приемов и передач. 2.Учебно-тренировочная игра	Практическое занятие	1,5
55	1.Развитие силовых качеств. 2.Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите и нападении.	Практическое занятие	1,5
56	1. Совершенствование навыков защитных действий и действия в нападении посредством учебно-тренировочной игры. 2.Круговая тренировка на развитие силовых качеств.	Практическое занятие	1,5
57	1. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча. 2. Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением. 3. Изучение индивидуальных тактических действий в защите.	Практическое занятие	1,5
58	1. Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в разные зоны соперника. 2.Прием подачи. 3.Учебно – тренировочная игра.	Практическое занятие	1,5
59	1.Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите и нападении.	Практическое занятие	1,5
60	1.Прыжковая и силовая работа на развитее точных приемов и передач. 2. Изучение индивидуальных тактических действий в защите. 3.Учебная игра	Практическое занятие	1,5
61	1.Развитие силовых качеств посредством подвижных игр с элементами волейбола.	Практическое занятие	1,5
62	1.Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. 2. Изучение индивидуальных тактических действий в защите. 3.Учебная игра	Практическое занятие	1,5
63	1.Контрольное испытание по общей	Практическое занятие	1,5

	физической подготовке. 2.Двухсторонняя контрольная игра.		
64	1.Групповые тактические действия в нападении. 2.Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.	Практическое занятие	1,5
65	1.Развитие силовых качеств. 2.Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите и нападении.	Практическое занятие	1,5
66	1.Групповые тактические действия в нападении. 2.Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.	Практическое занятие	1,5
67	1.Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. 2. Изучение индивидуальных тактических действий в защите. 3.Учебная игра	Практическое занятие	1,5
68	1.Итоговое занятие. 2.Двухсторонняя игра	Практическое занятие	1,5
	Соревнования, эстафеты, товарищеские встречи	Соревнования	51ч
			153