

Приложение
к основной образовательной программе
основного общего образования
МОБУ «Волховская средняя
общеобразовательная школа №5»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Спортивные игры»
для обучающихся 8-х классов

Пояснительная записка

Цель программы:

Развитие физических качеств, формирование устойчивого интереса к спортивным играм, обучение основам техники и тактики командных игр, воспитание коллективизма и здорового образа жизни.

Задачи:

- Обучить базовым навыкам спортивных игр (баскетбол, волейбол, футбол/мини-футбол).
- Развивать координацию, скорость, выносливость и силу.
- Воспитывать командный дух, дисциплину и уважение к сопернику.
- Познакомить с правилами и организацией соревнований.

Методы обучения:

- Практические упражнения,
- Игровые ситуации,
- Мини-соревнования,
- Теоретические беседы.

Формы контроля:

- Наблюдение,
- Контрольные упражнения,
- Участие в школьных соревнованиях.

Планируемые результаты

Учащиеся научатся:

- Выполнять основные технические элементы (броски, передачи, подачи).
- Взаимодействовать в команде.
- Соблюдать правила игр и технику безопасности.

Метапредметные результаты:

- Развитие коммуникативных навыков.
- Умение анализировать игровые ситуации.

Материально-техническое обеспечение

- Мячи (баскетбольные, волейбольные, футбольные).

- Сетки, стойки, конусы.
- Спортивный зал/площадка.

Учебно-тематический план

№	Тема	Кол-во часов	Содержание
1	Баскетбол	9	Стойки, перемещения, передачи, броски, тактика защиты и нападения.
2	Волейбол	7	Подачи, приём, передачи, атака, блокирование, расстановка.
3	Футбол/мини-футбол	10	Удары, ведение, передачи, тактика, игра вратаря.
4	Смешанный блок	8	Отработка навыков в игровых условиях.

Содержание программы

1. Баскетбол

Техника передвижений, остановок, поворотов.

Ведение мяча (правой/левой рукой).

Броски с места, в движении, штрафные.

Тактика 2×2, 3×3.

2. Волейбол

Верхняя и нижняя подачи.

Приём и передача мяча.

Атакующие удары.

Командные взаимодействия.

3. Футбол/мини-футбол

Удары по воротам (с места, с разбега).

Дриблинг и обводка.

Тактика защиты и нападения.

Поурочное планирование

№ урока	Тема урока	Содержание
1 четверть (9 часов) – Баскетбол		
1	Вводное занятие. Техника безопасности	Правила игры в баскетбол, экипировка, разминка.
2	Стойки и перемещения.	Отработка защитной стойки, передвижение приставными шагами.
3	Ведение мяча.	Ведение правой/левой рукой с изменением направления.
4	Передачи мяча.	Передачи двумя руками от груди, одной рукой от плеча.
5	Броски с места.	Техника броска с близкой и средней дистанции.
6	Броски в движении.	Бросок после ведения, взаимодействие с партнером
7	Тактика защиты.	Зонная и персональная защита.
8	Тактика нападения.	Комбинации 2×2, заслоны.
9	Контрольная игра.	Мини-турнир 3×3.
2 четверть (7 часов) – Волейбол		
10	Вводное занятие. Техника безопасности.	Правила волейбола, разминка.
11	Нижняя подача.	Отработка точности подачи.
12	Верхняя подача.	Силовая подача в зоны.
13	Прием мяча снизу.	Техника приема после подачи.
14	Передача сверху.	Точные передачи в паре и тройке.
15	Атакующий удар.	Удар с разбега (упрощенный

		вариант).
16	Контрольная игра.	Игра по упрощенным правилам.
3 четверть (10 часов) – Футбол/мини-футбол		
17	Вводное занятие. Техника безопасности.	Правила футбола, разминка.
18	Удары по воротам.	Удар с места и с разбега.
19	Ведение мяча.	Дриблинг между конусами.
20	Передачи мяча	Короткие и длинные передачи.
21	Тактика защиты.	Отбор мяча, подкаты.
22	Тактика нападения.	Комбинации 2×2.
23	Игра головой.	Прием и передача мяча головой
24	Удары с лета.	Удар по летящему мячу.
25	Игра вратаря.	Ловля и отбивание мяча.
26	Контрольная игра.	Мини-турнир 4×4.
4 четверть (8 часов) – Смешанный блок		
27	Повторение баскетбола.	Игровые комбинации.
28	Повторение волейбола.	Игра по правилам.
29	Повторение футбола.	Мини-соревнования.
30	Эстафеты с элементами игр.	Развитие скорости и координации.
31	Подвижные игры.	Пионербол, «Вышибалы» с элементами спортивных игр.
32	Тестирование.	Контрольные нормативы (ведение, передачи, удары).
33	Турнир по выбору.	Учащиеся выбирают игру для финального турнира.
34	Заключительное занятие.	Подведение итогов.