

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Алтайского края

Комитет Администрации Калманского района по образованию

МБОУ Зимаревская СОШ

|  |  |
| --- | --- |
| РАССМОТРЕНО:  на заседании МС  \_\_\_\_\_\_ Матренина Е.В  Протокол №\_\_ от « » \_\_\_\_\_\_20\_\_г. | УТВЕРЖДАЮ:  И.о. директора  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Проничкина Л.А.  Приказ №\_\_\_ от « » \_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_г. |
|  |  |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»**

*Спортивно-оздоровительное направление*

10-11 КЛАСС

Составитель программы:

Шмидт А.А.

Зимари, 2024 год

## 1. Пояснительная записка

**Программа внеурочной деятельности по спортивно - оздоровительному направлению «Спортивные игры» в 10-11 классах** подготовлена в соответствии с требованиями ФГОС СОО и концепцией физического воспитания.

Принимая в расчёт динамику состояния здоровья обучающихся в школе, на заседании педагогического совета принято решение по проектированию комплексной программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению для обучающихся 10-11 классов.

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

Курс введён в часть учебного плана, формируемого участниками образовательного процесса в рамках спортивно-оздоровительного направления.

Новизна данной программы определена федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования.

**1.1. Рекомендована учителям физической культуры общеобразовательных учреждений.**

### 1.2. Введение

Внеурочная деятельность обучающихся общеобразовательных учреждений объединяет все виды деятельности обучающихся (кроме учебной деятельности), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации.

Согласно Базисному учебному плану общеобразовательных учреждений Российской Федерации организация занятий по направлениям внеурочной деятельности является неотъемлемой частью образовательного процесса. Время, отводимое на внеурочную деятельность, используется по желанию обучающихся в формах, отличных от урочной системы обучения. В Базисном учебном плане общеобразовательных учреждений Российской Федерации в числе основных *направлений внеурочной деятельности* выделено спортивно - оздоровительное направление.

Программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» предназначена для физкультурно – спортивной и оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту.

Материал программы предполагает изучение основ трёх спортивных игр: баскетбола, волейбола, футбола и даётся в трёх разделах: основы знаний, общая физическая подготовка и специальная техническая подготовка.

Материал по общей физической подготовке является единым для всех спортивных игр и входит в каждое занятие курса.

Программа разработана на основе требований к результатам освоения образовательной программы.

Предлагаемая программа по внеурочной деятельности «Спортивные игры» содержит:

* пояснительную записку, состоящую из введения, цели и задач программы;
* описание особенностей реализации программы внеурочной деятельности: количество часов и место проведения занятий;
* планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности;

-требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности;

* способы проверки результатов;
* материально-техническое обеспечение;
* тематическое планирование, состоящее из учебно-тематического плана и содержания программы по годам обучения;
* список литературы; - приложений:

№1 Диагностика уровня воспитанности,

№2 Мониторинг личностного развития ребенка в процессе освоения им дополнительной образовательной программы,

№3 Социометрия,

№4 Игры на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.

Программа разработана на основе:

1. Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в российской Федерации»;
2. Приказом Министерства образования и науки Российской федерации от 06.10.2009 №373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, стандартов второго поколения (в ред.приказов

Минобрнауки России от 26.11.2010 № 1241, от 22.09.2011 №2357);

1. Приказом Министерства образования и науки РФ от 31.12.2015. № 1576 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования»;
2. Приказом Министерства образования и науки РФ от 31.03.2014г. №253 (зарегистрирован Министерством юстиции РФ 18.10.2013г., регистрированный №30213) «Об утверждении Федерального перечня учебников, рекомендованных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»;
3. Приказом Министерства образования и науки РФ от 20.06.2017 № 581 «О внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утверждённый приказом Минобрнауки РФ от 31 марта 2014 г. №253»;
4. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 № 189 ) «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» *(с изменениями №3 в Постановлении от 24.11.2015 №81);*
5. Санитарно-эпидемиологическиеми правилами Главного санитарного врача России от 30.06.2020 №16, «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию, и организации работы образовательной организации и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой короновирусной инфекции(COVId-19)/
6. Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года направленной на реализацию Указов Президента Российской Федерации, Федеральных законов Российской Федерации, в том числе Федерального закона от 24 июля 1998 года № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации», Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», а также постановлений

Правительства Российской Федерации, иных нормативных правовых актов Российской Федерации. нормативно-правовой базой программы внеурочной деятельности «Спортивные игры» являются:

1. Основной образовательной программой основного общего образования Учреждения. В программе отражены основные *принципы* спортивной подготовки воспитанников:

*Принцип системности* предусматривает тесную взаимосвязь содержания соревновательной деятельности и всех сторон учебно-тренировочного процесса: физической, технической, тактической, психологической, интегральной, теоретической подготовки; воспитательной работы; восстановительных мероприятий; педагогического и медицинского контроля.

*Принцип преемственности* определяет последовательность изложения программного материала по этапам многолетней подготовки в годичных циклах. Обеспечена преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей физической, технико-тактической и интегральной подготовленности.

*Принцип вариативности* предусматривает в зависимости от этапа многолетней подготовки, индивидуальных особенностей воспитанника вариативность программного материала для практических занятий, характеризующихся разнообразием тренировочных средств и нагрузок, направленных на решение определенной педагогической задачи. **1.3. Цель и задачи программы**

Программа внеурочной деятельности по спортивно - оздоровительному направлению «Спортивные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и является неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья обучающихся, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

**Цель программы внеурочной деятельности** «Спортивные игры»: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, 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 обучающихся;
* популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;
* формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям спортивными играми; - обучение технике и тактике спортивных игр;
* развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
* формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний;
* воспитание моральных и волевых качеств.

**1.4. Особенности реализации программы внеурочной деятельности: количество часов и место проведения занятий.**

Программа внеурочной деятельности по спортивно - оздоровительному направлению «Спортивные игры» предназначена для обучающихся 10-11 классов. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 час в неделю в каждом из классов, всего 34 часа в год.

Принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т. е. 45 минут. Реализация данной программы в рамках внеурочной деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке обучающихся.

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.

Примерное распределение учебного времени по разделам программы в 10 классе

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Разделы программы | Кол-во часов |
| 1 | Знания о спортивных играх | В процессе урока |
| 2 | Баскетбол | 17 |
| 3 | Волейбол | 17 |
| Количество занятий в неделю | | 1 |
| Количество учебных недель | | 34 |
| Итого | | 34 |

Примерное распределение учебного времени по разделам программы в 11 классе

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Разделы программы | Кол-во часов |
| 1 | Знания о спортивных играх | В процессе урока |
| 2 | Баскетбол | 17 |
| 3 | Волейбол | 17 |
| Количество занятий в неделю | | 1 |
| Количество учебных недель | | 34 |
| Итого | | 34 |

1. **Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности**

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

* + формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
  + развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключающего 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 2.Планирование | 1.Формулирование цели  2.Выделение необходимой информации  3.Структурирование  4.Выбор эффективных способов | 1.Строить продуктивное взаимодействие между сверстниками |
|  | 3.Оценка  4.Способность к волевому усилию | решения учебной задачи  5.Рефлексия  6.Анализ и синтез  7.Сравнение  8.Классификации  9.Действия постановки и решения проблемы | и педагогами 2.Постановка вопросов 3.Разрешение конфликтов |

***Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:***

* + осознание обучающимися 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 обучающихся, 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 обучающихся к собственному здоровью.

**2.1. 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 реализация программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся **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 своё поведение в жизненных ситуациях;
* отвечать за свои поступки;
* отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

**2.2.** В ходе реализация программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся **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 приёмов игр и основы правильной техники;
* наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов 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 приёмы и тактические действия;
* контролировать своё 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.

### 2.3. Способы проверки результатов

* зачеты по теоретическим основам знаний (ежегодно);
* диагностика уровня воспитанности (ежегодно)
* мониторинг личностного развития воспитанников (ежегодно);
* социометрические исследования (ежегодно);
* 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. **Материально-техническое обеспечение**  *Оборудование спортзала:*

1. Перекладина гимнастическая (пристеночная).
2. Стенка гимнастическая.
3. Комплект навесного оборудования.

(перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты)

1. Мячи: баскетбольные, волейбольные.
2. Палка гимнастическая.
3. Скакалка детская.
4. Мат гимнастический.
5. Кегли.
6. Флажки: разметочные с опорой, стартовые.
7. Рулетка измерительная.
8. Щит баскетбольный тренировочный.
9. Сетка для переноса и хранения мячей.
10. Волейбольная сетка универсальная.
11. Сетка волейбольная.
12. Аптечка.
13. Мяч малый (теннисный).
14. Гранаты для метания (500г,700г).

*Мультимедийное оборудование:*

Компьютер. *Учебно-методическое обеспечение:*

1. Рабочая программа курса.
2. Диагностический материал.
3. Разработки игр.

**3.1. Материально – техническое обеспечение образовательного процесса.**

* 1. В.И.Лях. Физическая культура 10-11 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений. Москва «Просвещение» 2011г.
  2. Рабочие программы. Физическая культура. Предметная линия учебников В.И.Ляха 10-11 классы. Москва «Просвещение» 2012г.
  3. Патрикеев А.Ю. Поурочные разработки по физической культуре. 10-11 классы.-М.: ВАКО, 2014г.

**Интернет-ресурсы**

**Официальный сайт** Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации**:** Web: http://minstm.gov.ru.

Федеральный портал «Российское образование»: Web:[http://www.edu.ru.](http://www.edu.ru/)

Национальная информационная сеть «Спортивная Россия» Web: <http://www.infosport.ru/xml/t/default.xml>

Официальный сайт Олимпийского комитета России Web: [www.olympic.ru](http://www.olympic.ru/)

### 4. Тематическое планирование 10-11 класс

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема** | **Основное содержание занятия** | **Колво часов** | **Электронн**  **ые**  **(цифровы**  **е)**  **образовате льные**  **ресурсы** | **Основные направления**  **воспитательной деятельности** |
| **Модуль 1. Баскетбол** | | | **17** |
| *Технические действия:* | | | |
| 1 | Стойки и  перемещения  баскетболиста | Инструктаж по ТБ на уроках физкультуры и баскетбола. Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Остановка двумя руками и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение). | 2 | [https://resh. edu.ru/subje](https://resh.edu.ru/subject/10-11/)  [ct/10-11/](https://resh.edu.ru/subject/10-11/) | Первоначальные представления о научной картине мира  Познавательные интересы, активность, инициативность,  любознательность и  самостоятельность в познании |
| 2 | Остановки: | 2 | [https://resh. edu.ru/subje](https://resh.edu.ru/subject/10-11/)  [ct/10-11/](https://resh.edu.ru/subject/10-11/) | Бережное отношение к физическому и  психическому здоровью  Соблюдение правил здорового и безопасного образа жизни в окружающей среде |
| 3 | «Прыжком» | 2 | [https://resh.](https://resh.edu.ru/subject/10-11/)  [edu.ru/subje](https://resh.edu.ru/subject/10-11/)  [ct/10-11/](https://resh.edu.ru/subject/10-11/) | Формирование доброжелательного отношения друг к другу, целеустремленность, дисциплинированность, Соблюдение правил здорового и безопасного образа жизни в окружающей среде. |
| 4 | «В два шага» | 2 | [https://resh.](https://resh.edu.ru/subject/10-11/)  [edu.ru/subje](https://resh.edu.ru/subject/10-11/)  [ct/10-11/](https://resh.edu.ru/subject/10-11/) | Соблюдение правил здорового и безопасного образа жизни в окружающей среде, формирование доброжелательного отношения друг к другу, целеустремленность, дисциплинированность |
| 5 | Передачи мяча | Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге). | 3 | [https://resh.](https://resh.edu.ru/subject/10-11/)  [edu.ru/subje](https://resh.edu.ru/subject/10-11/)  [ct/10-11/](https://resh.edu.ru/subject/10-11/) | Бережное отношение к физическому и  психическому здоровью  Соблюдение правил здорового и безопасного образа жизни в окружающей среде |
| 6 | Ловля мяча | 2 | [https://resh.](https://resh.edu.ru/subject/10-11/)  [edu.ru/subje](https://resh.edu.ru/subject/10-11/)  [ct/10-11/](https://resh.edu.ru/subject/10-11/) | Формирование доброжелательного  отношения друг к другу, целеустремленность,  дисциплинированность,  Соблюдение правил здорового и безопасного образа жизни в окружающей среде. |
| 7 | Ведение мяча | Ведение мяча в низкой , средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления | 2 | [https://resh.](https://resh.edu.ru/subject/10-11/)  [edu.ru/subje](https://resh.edu.ru/subject/10-11/)  [ct/10-11/](https://resh.edu.ru/subject/10-11/) | Соблюдение правил здорового и безопасного образа жизни в  окружающей среде, формирование |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | движения и скорости. Ведение без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой. |  |  | доброжелательного  отношения друг к другу, целеустремленность, дисциплинированность |
| 8 | Броски в кольцо | Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника. Максимальное расстояние до корзины 3,60 метра. | 2 | [https://resh. edu.ru/subje](https://resh.edu.ru/subject/10-11/)  [ct/10-11/](https://resh.edu.ru/subject/10-11/) | Бережное отношение к физическому и  психическому здоровью  Соблюдение правил здорового и безопасного образа жизни в окружающей среде |
| **Модуль 2. Волейбол** | | | **17** |  |  |
| 1 | Перемещения | Инструктаж по ТБ на уроках физкультуры и волейбола. Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и т.п.). Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, поворот, ускорение). | 2 | [https://resh.](https://resh.edu.ru/subject/10-11/)  [edu.ru/subje](https://resh.edu.ru/subject/10-11/)  [ct/10-11/](https://resh.edu.ru/subject/10-11/) | Бережное отношение к физическому и  психическому здоровью  Соблюдение правил здорового и безопасного образа жизни в окружающей среде |
| 2 | Передача | Передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи двумя руками сверху в парах. Передачи мяча над собой. Тоже через сетку.  Игра по упрощенным правилам мини-волейбола, игра по правилам в пионербол, игровые задания. | 6 | [https://resh.](https://resh.edu.ru/subject/10-11/)  [edu.ru/subje](https://resh.edu.ru/subject/10-11/)  [ct/10-11/](https://resh.edu.ru/subject/10-11/) | Формирование доброжелательного  отношения друг к другу, целеустремленность,  дисциплинированность,  Соблюдение правил здорового и безопасного образа жизни в окружающей среде. |
| 4 | Нижняя прямая подача | Нижняя прямая подача мяча от линии подачи | 3 | [https://resh.](https://resh.edu.ru/subject/10-11/)  [edu.ru/subje](https://resh.edu.ru/subject/10-11/)  [ct/10-11/](https://resh.edu.ru/subject/10-11/) | Соблюдение правил здорового и безопасного образа жизни в  окружающей среде, формирование  доброжелательного  отношения друг к другу, целеустремленность, дисциплинированность |
|  | Верхняя прямая подача | Нижняя прямая подача мяча от линии подачи | 3 | [https://resh. edu.ru/subje](https://resh.edu.ru/subject/10-11/)  [ct/10-11/](https://resh.edu.ru/subject/10-11/) | Соблюдение правил здорового и безопасного образа жизни в  окружающей среде, формирование  доброжелательного  отношения друг к другу, целеустремленность, дисциплинированность |
| 5 | Прием мяча | Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку.  Прием подачи. | 3 | [https://resh.](https://resh.edu.ru/subject/10-11/)  [edu.ru/subje](https://resh.edu.ru/subject/10-11/)  [ct/10-11/](https://resh.edu.ru/subject/10-11/) | Формирование доброжелательного  отношения друг к другу, целеустремленность,  дисциплинированность,  Соблюдение правил здорового и безопасного |
|  |  |  |  |  | образа жизни в окружающей среде. |
|  | **Физическая подготовка в процессе занятий** |  |  | [https://resh.](https://resh.edu.ru/subject/10-11/)  [edu.ru/subje](https://resh.edu.ru/subject/10-11/)  [ct/10-11/](https://resh.edu.ru/subject/10-11/) | Соблюдение правил здорового и безопасного образа жизни в  окружающей среде, формирование  доброжелательного  отношения друг к другу, целеустремленность, дисциплинированность |
|  | **Итого** |  | **34** |  |  |

**Календарно-тематическое планирование к рабочей программе курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» для среднего общего образования (10 класс)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Раздел. Тема урока** | **Кол-во часов** | **Д** | **ата** |  |
| **План** |  | **Факт** |
| 1 | Баскетбол. Дальнейшее закрепление техники ловли и передач мяча | 1 |  |  |  |
| 2 | Баскетбол. Дальнейшее закрепление техники ведения мяча. | 1 |  |  |  |
| 3 | Баскетбол. Дальнейшее закрепление техники бросков мяча. Броски одной и двумя руками в прыжке. | 2 |  |  |  |
| 4 | Баскетбол. Дальнейшее закрепление техники вырывания и выбивание мяча, перехвата. | 1 |  |  |  |
| 5 | Баскетбол. Дальнейшее закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей. | 1 |  |  |  |
| 6 | Баскетбол. Дальнейшее закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей. | 1 |  |  |  |
| 7 | Баскетбол. Дальнейшее закрепление тактики игры | 2 |  |  |  |
| 8 | Баскетбол. Позиционные нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3. | 2 |  |  |  |
| 9 | Баскетбол. Нападение быстрым прорывом (3:2) | 2 |  |  |  |
| 10 | Баскетбол. Взаимодействие двух(трех) игроков в нападении и защите(тройка и малая, через «заслон», восьмерка) | 1 |  |  |  |
| 11 | Баскетбол. Игра по упрощенным правилам баскетбола | 1 |  |  |  |
| 12 | Баскетбол. Игра по упрощенным правилам баскетбола | 1 |  |  |  |
| 13 | Баскетбол. Совершенствование психомоторных способностей. | 1 |  |  |  |
| 14 | Волейбол. Правила техники безопасности. Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек | 1 |  |  |  |
| 15 | Волейбол. Передача мяча над собой во  встречных колоннах. Отбивание мяча кулаком через сетку. | 1 |  |  | |
| 16 | Волейбол. Игра по упрощённым правилам волейбола. Совершенствование психомоторных способностей и навыков игры. | 2 |  |  | |
| 17 | Волейбол. Развитие выносливости. | 1 |  |  | |
| 18 | Волейбол. Развитие скоростных и скоростно- силовых способностей. | 2 |  |  | |
| 19 | Волейбол. Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3 метра от сетки. | 2 |  |  | |
| 20 | Волейбол. Нижняя прямая подача мяча Прием передача. | 2 |  |  | |
| 21 | Волейбол. Дальнейшее обучение техники прямого нападающего удара. | 2 |  |  | |
| 22 | Волейбол. Дальнейшее обучение тактики игры. Совершенствование тактики освоенных игровых действий. | 2 |  |  | |
| 23 | Волейбол. Подвижные игры и игровые задания, приближенные к содержанию разучиваемых спортивных игр. | 2 |  |  | |
|  |  |  | Всего часов | 34 | |

**Календарно-тематическое планирование к рабочей программе курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» для среднего общего образования (11 класс)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Раздел. Тема урока** | **Кол-во часов** | **Д** | **ата** |  |
| **План** |  | **Факт** |
| 1 | Баскетбол. Закрепление техники передвижений, остановок, поворотов и стоек. | 1 |  |  |  |
| 2 | Баскетбол. Закрепление техники ловли и передач мяча. | 1 |  |  |  |
| 3 | Баскетбол. Закрепление техники бросков мяча. Броски одной и двумя руками в прыжке. | 1 |  |  |  |
| 4 | Баскетбол. Закрепление техники вырывания и выбивания мяча, перехвата | 1 |  |  |  |
| 5 | Баскетбол. Закрепление тактики игры. Позиционные нападения и личная защита 3:3,4:4. на одну корзину | 2 |  |  |  |
| 6 | Баскетбол. Игра по упрощённым правилам баскетбола. | 1 |  |  |  |
| 7 | Баскетбол. Нападения быстрым прорывом (3:2) | 1 |  |  |  |
| 8 | Баскетбол. Нападения быстрым прорывом (3:2) | 1 |  |  |  |
| 9 | Баскетбол. Взаимодействия двух игроков в нападении и защите | 2 |  |  |  |
| 10 | Баскетбол. Дальнейшее техники вырывания и выбивания мяча, перехвата | 1 |  |  |  |
| 11 | Баскетбол. Дальнейшее техники вырывания и выбивания мяча, перехвата | 1 |  |  |  |
| 12 | Баскетбол. Игры по упрощенным правилам баскетбола. | 2 |  |  | |
| 13 | Баскетбол. Совершенствование психомоторных способностей | 2 |  |  | |
| 14 | Волейбол. Совершенствование технике передвижений, остановок. | 1 |  |  | |
| 15 | Волейбол. Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели. | 2 |  |  | |
| 16 | Волейбол. Совершенствование психомоторных способностей и навыков игры. | 2 |  |  | |
| 17 | Волейбол. Совершенствование координационные способности. | 2 |  |  | |
| 18 | Волейбол. Прием мяча, отраженного сеткой. | 2 |  |  | |
| 19 | Волейбол. Нижняя прямая подача мяча в заданную часть площадки. | 1 |  |  | |
| 20 | Волейбол. Прямой нападающий удар при встречных передачах. | 1 |  |  | |
| 21 | Волейбол. Тактика игры. Совершенствование тактики освоенных игровых действий. | 2 |  |  | |
| 22 | Волейбол. Совершенствование тактики освоенных игровых действий. Игра в нападении в зоне 3. | 2 |  |  | |
| 23 | Волейбол. Терминологии избранной спортивной игры; техники ловли, передачи, ведения мяча или броска, тактики нападений и защиты. | 2 |  |  | |
| Всего часов | | | | 34 | |