

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 60
г. Екатеринбург

ПРИНЯТО:

на Педагогическом совете МАОУ СОШ № 60

Протокол № 1 от 30.08.2024 г.

Председатель  / Хохряков Д.А./
подпись расшифровка подписи

УТВЕРЖДЕНО:

И.о. директора МАОУ СОШ № 60


Чендева Е.В./
подпись расшифровка подписи

Приказ № 245 от 30.08.2024 г.

АДАптированная РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ООО
курса внеурочной деятельности
«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»
(спортивно-оздоровительное направление)

для обучающихся 8 «В» класса
с задержкой психического развития

2024-2025 учебный год

КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ: в неделю 1 час ; всего за курс 34 часа

Содержание

1. Основные цели и задачи	3
2. Планируемые результаты курса.....	3
3. Содержание курса внеурочной деятельности	4
4. Тематическое планирование	5
5. Календарно-тематическое планирование	5
6. Методическое и материально-техническое обеспечение	7

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа «**СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ**» для 8В-класса разработана на основе АООП ООО МАОУ СОШ 60, основана на авторской программе В.И. Ляха: Физическая культура. Рабочие программы.

В 8 классе на изучение курса отводится 34 часа из расчёта 1 час в неделю.

Основная **цель** внеурочных форм занятий состоит в том, чтобы на основе интересов и склонностей, учащихся углубить знания, расширить и закрепить арсенал двигательных умений и навыков в конкретных видах спорта, достигнуть более высокого уровня развития двигательных способностей, нравственных качеств, приобщить учащихся к регулярным тренировкам.

Задачами изучения являются:

- формирование здорового жизненного стиля и реализация индивидуальных способностей каждого ученика;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций;
- расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта;
- активизировать двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни;
- воспитывать моральные и волевые качества обучающихся;
- способствовать формированию навыков самоорганизации.

Планируемые результаты освоения курса «Спортивные игры»

Данная программа позволяет добиваться следующих результатов освоения образовательной программы основного общего образования:

Личностные: активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.

Метапредметные: овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств осуществления; обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; управление эмоциями.

Предметные: выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности; организация и проведение со сверстниками подвижных игр и элементов соревнований, осуществление объективного судейства.

Планируемые результаты обучения

Обучающиеся научатся:

Активно играть, самостоятельно находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели.

Знать:

- о способах и особенностях движения и передвижений человека;
- о системе дыхания; работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
- об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушения осанки;
- о причинах травматизма и правилах его предупреждения.

Уметь:

- составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки;
- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;
- уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий.

Обучающийся получит возможность:

- потребность в систематических занятиях спортом, регулярном участии в спортивных соревнованиях, стремление показывать, как можно более высокие результаты на соревнованиях;
- умение использовать полученные знания для успешного выступления на соревнованиях;
- спортивный образ жизни, предусматривающий активные занятия спортом и регулярное участие в спортивных соревнованиях.

Содержание курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» 8-и класс

Раздел 1. Баскетбол

Форма организации внеурочной деятельности: индивидуальная работа, фронтальная работа, групповая форма работы.

Вид внеурочной деятельности: спортивно-оздоровительная, игровая.

Виды деятельности обучающихся: соревнования, игры.

Раздел 2. Волейбол

Форма организации внеурочной деятельности: индивидуальная работа, фронтальная работа, групповая форма работы.

Вид внеурочной деятельности: спортивно-оздоровительная, игровая.

Виды деятельности обучающихся: соревнования, игры.

Раздел 3. Футбол

Форма организации внеурочной деятельности: индивидуальная работа, фронтальная работа, групповая форма работы.

Вид внеурочной деятельности: спортивно-оздоровительная, игровая.

Виды деятельности обучающихся: соревнования, игры.

Тематическое планирование.

8 класс

№ п/п	Спортивные игры	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Раздел 1. Баскетбол	14	2	12
2	Раздел 1. Волейбол	14	2	12
3	Раздел 1. Футбол	6	1	5
	ИТОГО	34	5	29

Календарно-тематическое планирование 8 класс

№	Тема		Кол-во часов		
		Раздел 1. Баскетбол	14		
		Технические действия:		п л а н	ф а к т
1	Стойки и перемещения	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).	1	05.09	
2	Остановки баскетболиста		1	12.09	
3	Передачи мяча	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника, с пассивным сопротивлением защитника.	1	19.09	
4	Ловля мяча		1	26.09	
5	Ведение мяча	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение без сопротивления и с пассивным сопротивлением защитника ведущей и не ведущей рукой.	1	03.10	
6		Броски одной и двумя руками с места, в		10.10	

	Броски в кольцо	движении (после ведения, после ловли) и в прыжке с противодействием. Максимальное расстояние до корзины 4,80 метра.	2		
<i>Тактические действия:</i>					
7	Игра в защите	Выравнивание и выбивание мяча. Перехват мяча. Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.	1	17.10	
8	Игра в нападении	Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Тактика свободного нападения. Позиционное нападение в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5 на одну корзину. Нападение быстрым прорывом (3:2). Взаимодействие двух игроков в нападении и защите через «заслон».	1	24.10	
9	Диагностирование и тестирование	Тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков.	1	07.11	
10	Участие в соревнованиях	Игра по правилам мини-баскетбола. Участие в соревнованиях.	4	14.11	
Раздел 2. Волейбол				14	
1	Совершенствование техники верхней, нижней передачи	Передача мяча у сетке и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели. Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3)	2	21.11	
2	Прямой нападающий удар	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.	3	28.11	
3	Совершенствование верхней прямой подачи	Верхняя прямая подача в заданную зону площадки.	2	05.12	
4	Совершенствование приема мяча с подачи и в защите	Приема мяча с подачи. Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, блокирование.	2	12.12	
5	Двусторонняя учебная игра	Игры и игровые задания по упрощенным правилам, с ограничением пространства и с ограниченным количеством игроков. Взаимодействие игроков на площадке в	3	19.12	

		нападении и защите. Игра по правилам.			
6	Одиночное блокирование	Прием мяча, отраженного сеткой. Одиночное блокирование и страховка. Действия и размещение игроков в защите.	1		
7	Страховка при блокировании	«Доигрывание» мяча.	1		
Раздел 3. Футбол.			6		
1	Удар по мячу	Удары по неподвижному и катящемуся мячу. Остановка катящегося, летящего мяча. Удар головой (по летящему мячу). Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель. Удары ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную (полоса шириной 1,5 метра, длиной до 7-8 метров) мишень внутренней стороной стопы и средней частью подъема.	1		
2	Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов.	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		
3	Игра в футбол по упрощенным правилам (мини-футбол)	Игра по упрощенным правилам площадках разных размеров. Игра	2		
4	Участие в соревнованиях	Правила организация и проведения соревнований, участие в соревнованиях различного уровня.	2		
	Физическая подготовка в процессе занятий				
	Итого		34		

Материально-техническое обеспечение

Спортивные площадки:

- спортивная площадка
- спортивный городок (турник, скамья для пресса, рукоход, лабиринт)

Спортивный инвентарь:

- мячи футбольные, резиновые разного диаметра, теннисные, баскетбольные,
- гимнастические маты, гимнастические коврики,
- гимнастические скамейки, шведские стенки,
- лыжи,
- гантели, скакалки, обручи, кегли, эстафетные палочки, канат

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 652995314667932372014845887876356063299114658532

Владелец Чендева Екатерина Викторовна

Действителен с 09.01.2025 по 09.01.2026