

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Тверской области**

**Кимрский муниципальный округ Тверской области**

**МОУ "СШ №1 имени В.А.Федорова"**

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по  
УВР

УТВЕРЖДЕНО

Директор

\_\_\_\_\_  
Протокол № 1  
от «29» августа 2023 г.

\_\_\_\_\_  
Селькова Н.Б.  
«29» августа 2023 г.

\_\_\_\_\_  
Куликова Л.А.  
Приказ № 131-од  
от «30» августа 2023 г.

**Рабочая программа  
учебного курса  
«Спортивные игры»**

**7 класс**

**2023-2024 учебный год**

**Спортивно-оздоровительное направление**

**Кимры**

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа учебного курса спортивно-оздоровительного направления составлена на основе:

1. «Закона об образовании в РФ» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ
2. «Федерального образовательного стандарта основного общего образования» (утвержден приказом Минобрнауки России от 06.10.2009г. № 373) с изменениями, внесенными приказом Минобрнауки от 31.12.2015г. № 1577.
3. УМК В.И. Лях. Физическая культура. М.: Просвещение, 2016г.

### **Планируемые результаты освоения курса.**

#### **Ученик получит 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.

#### **Ученик научится:**

- 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;
- демонстрировать жесты судьи спортивных игр;
- проводить судейство спортивных игр.
- организовывать и проводить спортивные игры, соблюдать правила взаимодействия с игроками.

**Ученик получит возможность научиться:**

- выявлять связь занятий физической культурой с трудовой деятельностью;
- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.
- вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;
- целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;
- выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

**Ученик получит возможность научиться:**

1. сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
2. играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощённым правилам;
3. выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.

**Содержание программы спортивно-оздоровительного направления**

В классе продолжается обучение технико-тактическим действиям спортивных игр. В качестве базовых игр рекомендуются баскетбол, ручной мяч, волейбол или футбол. При наличии в школе, регионе определенных традиций и соответствующих условий вместо указанных спортивных игр в содержание программного материала можно включить любую другую спортивную игру (хоккей с мячом, с шайбой, на траве, бадминтон, теннис и др.).

Обучение сложной технике игры основывается на приобретенных в начальной школе простейших умениях обращения с мячом. По своему воздействию спортивная игра является наиболее комплексным и универсальным средством развития ребенка.

Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, подвижные игры и задания с мячом создают неограниченные возможности для

развития прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакции и перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей. Одновременно материал по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов учащегося (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что обусловлено необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры, согласования индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников.

В 7 классе необходимо стремиться учить детей согласовывать индивидуальные и простые командные технико-тактические взаимодействия (с мячом и без мяча) в нападении и в защите, начиная с применения подобранных для этой цели подвижных игр (типа «Борьба за мяч», «Мяч капитану») и специальных, постепенно усложняющихся игровых упражнений (форм).

Игровые упражнения и формы занятий создают благоприятные условия для самостоятельного выполнения заданий с мячом, реализации на практике индивидуального и дифференцированного подходов к учащимся, имеющим существенные индивидуальные различия (способности). В этой связи особой заботой следует окружить детей со слабой игровой подготовкой, активно включая их в разнообразные виды игровой деятельности.

Материал игр является прекрасным средством и методом формирования потребностей, интересов и эмоций учеников. В этой связи обучение игровому материалу содействует самостоятельным занятиям спортивными играми.

### **Место предмета в учебном плане.**

В учебном плане МОУ "СШ №1 имени В.А. Федорова " на изучение курса внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления для 7 класса отводится 34 часа в год, 1 час в неделю.

## ГОДОВОЙ ПЛАН-ГРАФИК РАСПРЕДЕЛЕНИЯ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

№	Название темы	всего	теория	практика
1	Основы знаний и умений. Способы физкультурной деятельности	Во время занятий	Во время занятий	-
2	Мини-Футбол	10		10
3	Волейбол	12		12
4	Баскетбол	12		12
5	Мини-Футбол	10		10
Итого:		34		34

### Тематическое планирование учебного предмета

№ урока	Содержание программного материала
<b>1</b>	<b>Футбол -5ч.</b> ИТБ на занятиях. История возникновения футбола. Остановка катящегося мяча.
<b>2</b>	Ведение мяча.
<b>3</b>	Удары по мячу.
<b>4</b>	Вбрасывание и отбор мяча.
<b>5</b>	Техника игры в футбол.
<b>6</b>	<b>Баскетбол -6ч.</b> ИТБ на занятиях баскетболом. История возникновения баскетбола. Стойки и перемещения
<b>7</b>	Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.
<b>8</b>	Остановка двумя ногами и прыжком.
<b>9</b>	Передачи мяча.

10	Ловля мяча.
11	Ведение мяча.
12	<b>Волейбол-6ч.</b>  ИТБ на занятиях волейболом. История возникновения волейбола
13	Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.
14	Закрепление техники передачи. Верхняя прямая подача.
15	Верхняя прямая подача. Индивидуальные тактические действия в защите.
16	Верхняя прямая подача.
17	Индивидуальные тактические действия.
18	<b>Мини-футбол-5ч.</b>  Тактика игры в футбол.
19	Правила игры в футбол
20	Правила соревнований.
21	Подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель», «Футбольный бильярд».
22	Игра в футбол по упрощённым правилам (мини-футбол).
23	<b>Волейбол-6ч.</b>  Прием мяча.
24	Прием подачи.
25	Закрепление техники приема мяча с подачи.
26	Подвижные игры.
27	Эстафеты с мячом.
28	Перемещение на площадке. Спортивная игра «Пионербол».
29	<b>Баскетбол-5ч.</b>  Броски в кольцо.
30	Игра в защите.
31	Игра в нападении.
32	Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок.
33	Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди».
34	Игра. Участие в соревнованиях.

## **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### **Место проведения:**

Спортивная площадка;

Класс (для теоретических занятий);

Спортивный зал.

### **Инвентарь:**

Волейбольные мячи;

Баскетбольные мячи;

Футбольные мячи;

Скакалки;

Малые мячи;

Сетка волейбольная;

Щиты с кольцами;

Секундомер;

Маты.

## **Методическое обеспечение образовательной программы**

### **Формы занятий:**

- групповые и индивидуальные формы занятий – теоретические, практические, комбинированные. Комбинированная форма используется чаще и включает теоретическую: беседу, инструктаж, просмотр иллюстраций – и практическую части: ОФП и игры;
- занятия оздоровительной направленности;
- праздники;
- эстафеты, домашние задания.

### **Методы и приёмы учебно-воспитательного процесса:**

#### **Эффективность реализации программы:**

- информационно-познавательные (беседы, показ);
- творческие (развивающие игры);
- методы контроля и самоконтроля (самоанализ, тестирование, беседы).