

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
гимназия № 35**

**УТВЕРЖДАЮ:**

**Директор МАОУ гимназия № 35**

**/Никандрова Е.А./**

**Приказ № 78/3-од от 27.08.2021 г**



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по элективному курсу**

**«Спортивные игры»**

**на уровень основного общего образования**

**(8-9 класс)**

**(базовый уровень)**

**Екатеринбург**

**2021**

## Пояснительная записка

Физическая культура, как любой другой предмет, включённый в базисный учебный план, ориентирована на достижение главной цели развития отечественной системы школьного образования и определяется как формирование личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры.

**Актуальность** данной программы определяется необходимостью достижения образовательных результатов в соответствии с требованиями современных нормативных документов, определяющих деятельность педагога в рамках предмета «Физическая культура». В соответствии с требованиями ФГОС нового поколения целью физического воспитания учащихся общеобразовательных школ является содействие всестороннему физическому развитию личности ребенка посредством обеспечения его необходимым уровнем общего физического образования и общей – физической подготовленности.

**Цель программы:** создание условий для физического развития детей, формирование личности ребёнка средствами спортивных игр с элементами подвижных через включение их в совместную деятельность.

### **Задачи программы:**

- оздоровительная работа с детьми, улучшение функциональных возможностей организма, тем самым укрепление здоровья;
- повышение физической подготовленности и формирование двигательного опыта;
- снятие психологического напряжения после умственной работы на уроках.

### **Планируемые результаты по изучению предмета:**

**Знать:** - правила игр, основные приемы техники игры в различных видах спорта;

- простейшие индивидуальные, групповые и командные тактические действия;

- историю развития данных видов в России и в мире;

- правила судейства в изучаемых спортивных играх.

**Уметь:**

- выполнять основные приемы техники игр и применять их в игре;
- соблюдать на практике правила игр, действовать в соответствии с требованиями судейства в различных видах спорта;
- соблюдать правила



взаимодействия в процессе спортивной игры; - осуществлять рефлексию в ходе и по окончании игровой деятельности.

## **Спортивно-оздоровительная деятельность**

### **Модуль 1. Спортивные игры.**

#### **Раздел «Футбол».**

История и правила игры.

Бег, ходьба, различные способы перемещения, прыжки; остановки; повороты. Основные стойки и специальная техника передвижений футболиста. Приемы техники владения мячом и основные способы их выполнения. Ведение, приём и передача мяча; дриблинг футболиста, взаимодействия игроков; упражнения с мячом и без мяча, индивидуально, в парах, в тройках, в группах; техника удара по мячу, жонглирование мячом, передача мяча, вбрасывание мяча, отбирание мяча у соперника, обманные движения; остановка летящего мяча, групповые обманные действия. Взаимодействия игроков в нападении. Длинный пас, игра в стенку, контроль мяча, завершение действия или контратака, игра в одно касание. Техническая подготовка. Техника передвижения полевого игрока и вратаря. Техника игры полевого игрока. Техника игры вратаря. Техника движений и ее основные показатели. Формирование тактического мышления. Тактика игры полевого игрока: тактика нападения. Тактика защиты. Тактика игры вратаря.

Подвижные игры: «борьба за мяч»; «гонка мячей по кругу»; «смена скорости и направления движения в беге»; «финты корпусом»; «чехарда»; «пятнашки». Эстафеты с элементами футбола. Двусторонняя игра.

Учебные игры, участие в соревновательной деятельности.

#### **Раздел «Баскетбол».**

История и правила игры.

Освоение основных стоек в сочетании с передвижениями. Освоение различных способов передвижения с техническими приемами. Ловля и передачи мяча различными способами, в том числе в движении. Ведение мяча левой и правой рукой с изменением скорости. Ведение мяча без зрительного контроля. Ведение мяча с асинхронным ритмом движений руки с мячом и ног. Ведение и передача из рук в руки. «Пятнашки» с ведением. Ведение мяча с использованием зрительных ограничений. Броски мяча одной (двумя) руками сверху. Броски мяча одной рукой сверху в прыжке; с места; в

движении. Броски перечисленными способами со средних дистанций; по направлению прямо перед щитом; с сопротивлением защитника.

Разнообразные исходные положения перед броском. Броски левой и правой рукой. Штрафные броски. Обманные движения. Противодействия защитника броску мяча в корзину. Освоение тактических действий.

Подвижные игры - «перестрелка», «мяч ловцу», «10 передач», «муравейник», «обгони мяч», «салки распасовки мячом», «часики». Игры – задания.

Учебные игры, участие в соревновательной деятельности.

## **Раздел «Волейбол»**

История и правила игры.

Освоение основных стоек в сочетании с передвижениями. Освоение различных способов передвижения с техническими приемами. Верхняя передача мяча и нижняя передача мяча. Прием и разыгрывание мяча в зону соперника. Освоение волейбольных подач «боковая, нижняя прямая и верхняя прямая подача». Индивидуальное, групповое блокирование и нападающий удар. Тактическое взаимодействие игроков в нападении и защите, правила игры. Учебные игры, участие в соревновательной деятельности.



## Тематическое планирование 8 класс (35 часов)

№ урока	Тема урока	Количество часов
	<i>Модуль 1. «Футбол»</i>	<b>11</b>
1	Игры на совершенствование координационных и кондиционных способностей с элементами футбола. Игры на совершенствование скоростно-силовых способностей.	1
2	Специально беговые упражнения. Ведение мяча между флажками. Двусторонняя игра.	1
3	Специально беговые упражнения. Игра — "Футбольный слалом". Спортивная игра.	1
4	Бег. Специально беговые упражнения. Отработка удара по не подвижному мячу. Игра — "Футболист" .	1
5	Бег. Специально беговые упражнения. Игра — "Попади в мишень".	1
6	Ходьба. Бег. Прыжки через препятствия. Упражнения с набивным мячом. Игра — "Сильный удар" .	1
7	Кросс по слабопересеченной местности. Игра "хоккей руками".	1
8	Кросс по слабопересеченной местности. Передачи мяча в двойках, в тройках. Учебная Игра.	1
9	Специально беговые упражнения. Обводка конусов с завершающим ударом. Учебная игра.	1
10	ОРУ в движении. Эстафеты с элементами футбола. Двусторонняя игра	1
11	ОРУ на месте. Эстафеты с элементами футбола. Двусторонняя игра	1
	<i>Модуль 2. Спортивные игры. Раздел «Баскетбол»</i>	<b>12</b>
12	Инструктаж по правилам безопасности. Комбинация из освоенных элементов перемещений и владения мячом. Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола.	1
13	Эстафета с ведением мяча правой, левой рукой до поворотной отметки и обратно. Спортивная игра.	1
14	Игровые упражнения из освоенных элементов перемещений и владения мячом. Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола.	1
15	Эстафета с ведением мяча и передачей во встречную колонну. Игра 2 х2, 3 х3	1
16	Челночный бег с ведением мяча. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	1

17	Игровые упражнения из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола.	1
18	Специально беговые упражнения. Игра — "Гонка мячей по кругу" II.	1
19	Специально беговые упражнения. Игра — "Мотоциклисты". — "Пятнашки в тройках".	1
20	Специально беговые упражнения. Игра — "Массовый баскетбол".	1
21	Игры и игровые задания (3:2, 3:3); игра по упрощенным правилам мини-баскетбола.	1
22	Ору в движении. Игра в баскетбол.	1
23	Ору в движении. Игра в баскетбол.	1
	<b>Модуль 3. Спортивные игры</b> <b>Раздел «Волейбол»</b>	12
24	Ору с мячами. Эстафета — "Не потеряй мяч".	1
25	Верхняя и нижняя передача мяча в парах, эстафета с элементами волейбола (верхней и нижней передачами мяча)	1
26	Групповые упражнения в передаче, эстафеты с элементами волейбола Учебная игра по упрощенным правилам.	1
27	Комплекс ОРУ со скакалкой. Игра «Зайцы в огороде»	1
28	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)	1
29	Игры и игровые задания по упрощенным правилам, с ограничением пространства и с ограниченным количеством игроков.	1
30	Эстафеты с волейбольными мячами. Игра- "Быстрые передачи".	1
31	Комплекс ОРУ с мячами. Игра- "Не дай поймать мяч".	1
32	Специальные беговые упражнения. Игра- "Перестрелбол"	1
33	Специальные беговые упражнения. Учебная игра в волейбол по упрощенным правилам	1
34	ОФП. Учебная игра в волейбол по упрощенным правилам	1
35	Игра в волейбол.	1



Тематическое планирование 9 класс (34 часов)

№ урока	Тема урока	Количество часов
	<b>Модуль 1. «Футбол»</b>	<b>11</b>
1	Бег, обучение технике обманных движений в футболе.	1
2	ОРУ на месте. Подвижные игры с элементами футбола, игра на результат.	1
3	Бег. ОРУ в движении, обучение технике игры без мяча.	1
4	Ходьба, бег. ОРУ на месте. Учебная игра с разбором допущенных ошибок.	1
5	Бег. СБУ. Обводка конусов. Игра салки с мячом.	1
6	Бег. ОРУ на месте. Подвижная игра «Мяч капитану».	1
7	Бег. СБУ. Отработка удара по мячу в движении. Двухсторонняя игра.	1
8	ОРУ на месте. Отработка удара по мячу головой в движении. Игра с разбором допущенных ошибок	1
9	Закрепление техники удара по мячу с лёту. Игра на результат	1
10	ОРУ в движении. Эстафеты с элементами футбола. Двусторонняя игра	1
11	ОРУ на месте. Эстафеты с элементами футбола. Двусторонняя игра	1
	<b>Модуль 2. Спортивные игры. Раздел «Баскетбол»</b>	<b>12</b>
12	Инструктаж по правилам безопасности. Комбинация из освоенных элементов перемещений и владения мячом. Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола.	1
13	Эстафета с ведением мяча с передачей во встречную колонну. Игра 3х3.	1
14	Игровые упражнения из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Игра по упрощённым правилам мини баскетбола.	1
15	ОРУ на месте. ОРУ в движении с мячом. Игра в баскетбол.	1
16	Бег. ОРУ на месте с мячом. Передачи мяча одной рукой партнёру. Двух сторонняя игра с мячом.	1
17	ОРУ в движении. Передачи мяча из – за головы в тройках. Игра по упрощённым правилам.	1
18	ОРУ в движении. Подвижная игра «Салки с мячом».	1

19	Обучение и совершенствование технике передачи и ловле мяча. Техника передвижения с мячом и без мяча. Подвижная игра «Пятнашки».	1
20	Обучение основным техническим приёмам. Игра 3х2, 3х3.	1
21	Закрепление техники мяча от груди. Игра по правилам на результат.	1
22	Ору в движении. Игра в баскетбол.	1
23	Ору в движении. Игра в баскетбол.	1
	<b>Модуль 3. Спортивные игры</b> <b>Раздел «Волейбол»</b>	12
24	Ору на месте. Игра на совершенствование координационных способностей с элементами волейбола.	1
25	Специальные беговые упражнения. Верхняя передача мяча в парах. Двухсторонняя игра.	1
26	Бег. ОРУ на месте. Верхняя и нижняя передача над собой. Игра «Зайцы в огороде».	1
27	ОРУ в движении. Совершенствование техники верхней и нижней подачи мяча через сетку. Игра «Полёт мяча».	1
28	ОРУ на месте с мячом. Обучение стойкам и перемещениям в волейболе. Подвижная игра «Попробуй, унеси».	1
29	Совершенствование приёма и передачи мяча с верху, с низу двумя руками. Подвижная игра «Двумя рука через сетку».	1
30	Совершенствование верхней и нижней передачи мяча. Игра по упрощённым правилам.	1
31	Закрепление передачи мяча сверху и снизу двумя руками. Подвижная игра «Мяч ловцу».	1
32	Закрепление всех ранее изученных технических приёмов в волейболе. Двухсторонняя игра по правилам.	1
33	Специальные беговые упражнения. Учебная игра в волейбол по упрощённым правилам	1
34	ОФП. Учебная игра в волейбол по правилам	1



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575784

Владелец Никандрова Елена Александровна

Действителен с 12.04.2021 по 12.04.2022