


Министерство транспорта Российской Федерации
Федеральное агентство железнодорожного транспорта
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Дальневосточный государственный университет путей сообщения» (ДВГУПС)

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
Лицея ДВГУПС
Протокол № 27
от «30» августа 2021 года

УТВЕРЖДАЮ
Директор Лицея ДВГУПС

(Т.И. Хорошилова)
«30» августа 2021 года

Приложение к ООП
Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Спортивные игры»

Составители:
Хорошилова Т.И.,
Лиманская Т.В.,
Присяжнюк Л.Н.

Курс внеурочной деятельности «**Спортивные игры**» обеспечивает реализацию спортивно-оздоровительного, общеинтеллектуального и социального направлений развития личности.

Программа построена с учётом требований Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утверждённого приказом Минобрнауки России от 17 мая 2012 г. №413 и Федерального закона «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ.

Рабочая программа может реализовываться с применением сетевой формы, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий. Посещение курса осуществляется на добровольной основе в соответствии с выбором участников образовательных отношений.

Курс «Спортивные игры» рассчитан на 34 часа, реализуется в течении всего периода освоения ООП и одинаков для обучающихся 10 и 11 классов.

Текущее оценивание планируемых результатов внеурочной деятельности обучающихся производится безотметочно (наблюдение, анкетирование и т.д.). Результаты текущего контроля в журнале не фиксируются. Основными формами учета внеурочной деятельности является коллективная оценка деятельности класса или группы обучающихся. Промежуточная аттестация курса определяется по результатам участия обучающихся во внеурочной деятельности. Результаты промежуточной аттестации по курсам внеурочной деятельности отмечаются педагогом-психологом в электронном журнале в форме зачетной системы оценивания: «зачёт», «незачёт» по итогам освоения курса.

При реализации курса могут быть задействованы каникулярные периоды, выходные и праздничные дни. Реализация курса является нелинейной, определенное количество часов в неделю не предусмотрено, график проведения образовательных мероприятий скользящий.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Спортивные игры»

Личностные результаты:

- Готовность к служению Отечеству, его защите;
- Навыки сотрудничества со сверстниками
- Принятие и реализация ценности здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- Бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей;
- Эстетическое отношение к миру, включая эстетику спорта;

Метапредметные результаты:

- Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности;
- Умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учётом гражданских и нравственных ценностей;

- Умение использовать разнообразные виды и формы физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;
- Овладение современными методиками укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний;
- Овладение способами контроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;
- Овладение техническими приёмами и двигательными действиями базовых видов спорта с помощью их активного применения в игровой и соревновательной деятельности.

Содержание курса внеурочной деятельности «Спортивные игры»

Раздел 1

Вводные занятия.

Правила безопасности на занятиях физической культурой и спортом, основы безопасного поведения в физической культуре и спорте. Основные сведения истории комплекса ГТО в России, ступени комплекса; Основы анатомии и физиологии в физической культуре, основные тесты функциональной диагностики и самоконтроля, Основные принципы здорового питания, понятия о макро и микронутриентах, суточный рацион. правила составления положения о соревнованиях, разработка календаря соревнований.

Раздел 2

Общая физическая подготовка

Определение уровня развития физических качеств необходимых для того или иного вида спорта, профессии. Спортивные эстафеты.

Раздел 3

Специальная физическая подготовка. Командные виды спорта.

Баскетбол. Совершенствование приемов игры: ведение мяча с изменением направления, передачи мяча со сменой мест в тройках, ведение и бросок мяча в корзину, трех очковый бросок, штрафной бросок, основы тактических взаимодействий игроков, учебная игра 2х2, 3х3, 4х4 и 5х5, соревнования.

Волейбол. Совершенствования приемов игры: прием и передачи мяча, атака из разных зон, блокирование, тактические взаимодействия, амплуа игроков.

Раздел 4

Специальная физическая подготовка. Индивидуальные виды спорта.

Настольный теннис. Основные термины и понятия в настольном теннисе. Размеры стола и правила игры. Классификация ударов в настольном теннисе, способы держания (хватки) ракетки. Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств средствами настольного тенниса.

Шахматы. Основные правила и понятия шахматной игры. Правила и законы дебюта. Ничья. Символы шахматных фигур. Тактика игры. Стратегия игры.

Тематическое планирование

| Тема занятия | Вид деятельности | Направление программы воспитания | Направление внеурочной деятельности | кол-во часов |
|---|--|--|--|--------------|
| Правила безопасности на занятиях физической культурой и спортом, основы безопасного поведения в физической культуре и спорте. | Беседа-опрос | Школьный урок, Курсы внеурочной деятельности. | спортивно-оздоровительное. | 1 |
| Основные сведения истории комплекса ГТО в России, ступени комплекса. | Беседа-опрос | Школьный урок, Курсы внеурочной деятельности. | спортивно-оздоровительное. | 1 |
| Основы анатомии и физиологии в физической культуре, основные тесты функциональной диагностики и самоконтроля. | Беседа, практическая работа | Школьный урок, Курсы внеурочной деятельности | спортивно-оздоровительное. | 1 |
| Основные принципы здорового питания. | Беседа-опрос | Школьный урок, Курсы внеурочной деятельности. | спортивно-оздоровительное. | 1 |
| Правила составления положения о соревнованиях, разработка календаря соревнований. | Практическая работа | Школьный урок, Курсы внеурочной деятельности. самоуправление | социальное, спортивно-оздоровительное. | 1 |
| Развитие физических качеств. | Беседа, знакомство со спортивными достижениями студентов ДВГУПС. | Школьный урок, Курсы внеурочной деятельности. | спортивно-оздоровительное. | 1 |
| Спортивная эстафета. | Соревнования между классами на спортивной базе. | Курсы внеурочной деятельности, самоуправление, классное руководство. | спортивно-оздоровительное, общекультурное. | 5 |

| | | | | |
|--------------------------|---|--|---|---|
| Военизированная эстафета | Соревнования между классами и обучающимися других образовательных организаций на стадионе ДВГУПС. | Курсы внеурочной деятельности, самоуправления, классное руководство, профориентация. | спортивно-оздоровительное, социальное. | 5 |
| Баскетбол | Практические занятия, соревнования. | Курсы внеурочной деятельности, самоуправления, классное руководство. | спортивно-оздоровительное. | 5 |
| Волейбол | Практические занятия, соревнования. | Курсы внеурочной деятельности, самоуправления, классное руководство. | спортивно-оздоровительное. | 5 |
| Настольный теннис | Практические занятия, соревнования. | Курсы внеурочной деятельности, самоуправления, классное руководство. | спортивно-оздоровительное. | 1 |
| Шахматы | Решение шахматных задач, комбинаций и этюдов. | Курсы внеурочной деятельности, самоуправления, классное руководство. | спортивно-оздоровительное, общеинтеллектуальное | 1 |
| Шахматы | Лицейский турнир по шахматам. | Школьный урок, Курсы внеурочной деятельности, самоуправления, классное руководство. | спортивно-оздоровительное, общеинтеллектуальное | 4 |
| Итоговое занятие | Сдача норм ГТО. | Курсы внеурочной деятельности, самоуправления. | спортивно-оздоровительное, социальное. | 2 |