

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«НОВОСТЕПНОВСКАЯ ШКОЛА»  
ДЖАНКОЙСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

**РАССМОТРЕНО**  
на заседании  
методического объединения  
предметов художественно –  
эстетического и  
здоровьесберегающего цикла  
Протокол № 1  
от 26.08.2025г.

**СОГЛАСОВАНО**  
Заместитель директора  
по УВР  
МОУ «Новостепновская  
школа»

 **Яковлева Т.В.**

28 августа 2025г.

**УТВЕРЖДЕНА**

приказом

МОУ «Новостепновская школа»

29 августа 2025г. №256/01-09



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
внеурочной деятельности «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»  
КЛАСС: 11**

**Количество часов в неделю: 1 ч**

**Срок реализации программы: 2025 – 2026 учебный год**

Учитель физической  
культуры:  
Леваньков  
Игорь Анатольевич  
Категория: высшая

с.Новостепное ,2025 г.

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа внеурочной деятельности составлена на основе следующих документов:

- Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (приказ Минпросвещения РФ от 12.08.2022 № 732).
- Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (приказ Минпросвещения РФ от 17.05.2012 № 413).
- Федеральной рабочей программы среднего общего образования. Физическая культура для 10-11 классов образовательных организаций.

Общее количество часов– 34 часа: 1 час в неделю.

## 1.СОДЕРЖАНИЕ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

### **Подвижные и спортивные игры.**

#### ***Волейбол:***

- влияние занятий волейболом на готовность ученика трудиться;
- прием мяча у сетки;
- отбивание мяча снизу двумя руками через сетку на месте и в движении;
- верхняя прямая подача;
- блокирование мяча;
- прямой нападающий удар через сетку с шагом;
- прыжки вверх с места, с шага, с трех шагов (серия 3-6 по 5-10 раз).

#### ***Баскетбол:***

- понятие о тактике игры;
- практическое судейство;
- повороты в движении без мяча и после получения мяча в движении;
- ловля и передача мяча двумя и одной рукой при передвижении игроков в парах, тройках;
- ведение мяча с изменением направлений (без обводки и с обводкой);
- броски мяча в корзину с различных положений;
- учебная игра.

#### ***Подвижные игры и игровые упражнения:***

- коррекционные;
- с элементами общеразвивающих упражнений;
- с лазанием и перелезанием;
- с акробатикой и равновесием;
- с бегом на скорость;
- с прыжками в высоту и в длину;
- с метанием мяча на дальность и в цель;
- с элементами пионербола, волейбола, мини-футбола и баскетбола.

## 2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

**Личностные результаты** отражаются в готовности и способности учащихся к саморазвитию и личностному самоопределению. Они проявляются в способностях ставить цели и строить жизненные планы, осознавать российскую гражданскую идентичность в поликультурном социуме. К ним относятся сформированная мотивация к обучению и стремление к познавательной деятельности, система межличностных и социальных отношений, ценностно-смысловые установки, правосознание и экологическая культура.

### **Личностные результаты:**

- воспитание российской гражданской идентичности; патриотизма, уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважения государственных символов (герба, флага, гимна);
- формирование гражданской позиции активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;
- готовность к служению Отечеству, его защите;
- сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
- сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;
- навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности.
- нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;

- готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
- эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;
- 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, формирование умения оказывать первую помощь;
- осознанный выбор будущей профессии и возможности реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как к возможности участия в решении личных, общественных, государственных и общенациональных проблем;
- сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды, опыта эколого-направленной деятельности;
- ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

**Метапредметные результаты** включают в себя освоенные учащимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (познавательные, коммуникативные, регулятивные), способность использования этих действий в познавательной и социальной практике. К метапредметным результатам относятся такие способности и умения, как самостоятельность в планировании и осуществлении учебной, физкультурной и спортивной деятельности, организация сотрудничества со сверстниками и педагогами, способность к построению индивидуальной образовательной программы, владение навыками учебно-исследовательской и социальной деятельности.

#### **Метапредметные результаты:**

- умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;

- умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;
- умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее — ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;
- умение определять назначение и функции различных социальных институтов;
- умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учётом гражданских и нравственных ценностей;
- владение языковыми средствами — умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные, языковые средства;
- владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

Изучение **предмета** должно создать предпосылки для освоения учащимися различных физических упражнений с целью использования их в режиме учебной и производственной деятельности для профилактики переутомления и сохранения работоспособности. Наконец одно из самых серьезных требований – научение владению технико-тактическими приемами (умениями) базовых видов спорта и применение в игровой и соревновательной деятельности.

#### **Предметные результаты:**

- умение использовать разнообразные виды и формы физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов ВФСК ГТО;

- овладение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учёбой и производственной деятельностью;
- овладение основными способами контроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;
- владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;
- овладение техническими приёмами и двигательными действиями базовых видов спорта с помощью их активного применения в игровой и соревновательной деятельности;
- умение излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- способность оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- умение организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и соревнования, осуществлять их объективное судейство;
- умение бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности;
- умение организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- умение характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;
- развитие навыков взаимодействия со сверстниками по правилам подвижных игр и соревнований;
- умение в доступной форме объяснить правила (технику) двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- умение подавать строевые команды, вести счёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- умение выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком уровне, характеризовать признаки технического исполнения; технические действия в базовых видах спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

- умение применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

### 3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| №<br>раздела        | Название раздела                  | Количество часов |
|---------------------|-----------------------------------|------------------|
|                     |                                   | <i>11 класс</i>  |
| 1.                  | «Спортивные игры (футбол)»        | 4                |
| 2.                  | «Спортивные игры (баскетбол)»     | 13               |
| 3.                  | «Спортивные игры (волейбол)»      | 10               |
| 4.                  | «Спортивные игры (русская лапта)» | 7                |
| <b>Всего часов:</b> |                                   | <b>34</b>        |

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| №<br>урока | Дата проведения |      | Тема урока                                                                                                                             | Количество<br>часов |
|------------|-----------------|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
|            | план            | факт |                                                                                                                                        |                     |
| 1.         | 03.09           |      | Футбол. ТБ на уроках по футболу. Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек.                                 | 1                   |
| 2.         | 10.09           |      | Футбол. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма. Закрепление техники ударов по мячу и остановок мяча. | 1                   |
| 3.         | 17.09           |      | Футбол. Совершенствование техники ведения мяча.                                                                                        | 1                   |
| 4.         | 24.09           |      | Футбол. Игра                                                                                                                           | 1                   |
| 5.         | 01.10           |      | Баскетбол. ТБ на уроках по баскетболу. Закрепление техники передвижений, остановок, поворотов и стоек.                                 | 1                   |
| 6.         | 08.10           |      | Баскетбол. Закрепление техники ловли и передач мяча.                                                                                   | 1                   |
| 7.         | 15.10           |      | Баскетбол. Закрепление техники бросков мяча. Броски одной и двумя руками в прыжке.                                                     | 1                   |
| 8.         | 22.10           |      | Баскетбол. Закрепление техники вырывания и выбивания мяча, перехвата.                                                                  | 1                   |
| 9.         | 05.11           |      | Баскетбол. Закрепление тактики игры.                                                                                                   | 1                   |
| 10.        | 12.11           |      | Баскетбол. Игра по упрощённым правилам баскетбола.                                                                                     | 1                   |
| 11.        | 19.11           |      | Баскетбол. Нападения быстрым прорывом (3:2).                                                                                           | 1                   |
| 12.        | 26.11           |      | Баскетбол. Взаимодействия двух игроков в нападении и защите.                                                                           | 1                   |
| 13.        | 03.12           |      | Баскетбол. Дальнейшее техники вырывания и выбивания мяча, перехвата.                                                                   | 1                   |
| 14.        | 10.12           |      | Баскетбол. Игры по упрощённым правилам баскетбола.                                                                                     | 1                   |
| 15.        | 17.12           |      | Баскетбол. Совершенствование психомоторных способностей                                                                                | 1                   |
| 16.        | 24.12           |      | Баскетбол. Позиционные нападения и личная защита 3:3, 4:4 на одну корзину.                                                             | 1                   |
| 17.        |                 |      | Баскетбол. Учебная игра.                                                                                                               | 1                   |
| 18.        |                 |      | Волейбол. ТБ на уроках по волейболу. Совершенствование технике передвижений, остановок.                                                | 1                   |
| 19.        |                 |      | Волейбол. Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели.                                      | 1                   |
| 20.        |                 |      | Волейбол. Совершенствование психомоторных способностей и навыков игры.                                                                 | 1                   |
| 21.        |                 |      | Волейбол. Совершенствование координационные способности.                                                                               | 1                   |
| 22.        |                 |      | Волейбол. Прием мяча, отраженного сеткой.                                                                                              | 1                   |
| 23.        |                 |      | Волейбол. Нижняя прямая подача мяча в заданную часть площадки.                                                                         | 1                   |
| 24.        |                 |      | Волейбол. Прямой нападающий удар при встречных передачах.                                                                              | 1                   |
| 25.        |                 |      | Волейбол. Тактика игры. Совершенствование тактики освоенных игровых действий.                                                          | 1                   |
| 26.        |                 |      | Волейбол. Совершенствование тактики освоенных                                                                                          | 1                   |

|     |  |  |                                                                                                                                 |          |
|-----|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
|     |  |  | игровых действий. Игра в нападении в зоне 3.                                                                                    |          |
| 27. |  |  | Волейбол. Терминологии избранной спортивной игры; техники ловли, передачи, ведения мяча или броска, тактики нападений и защиты. | <b>1</b> |
| 28. |  |  | Русская лапта. ТБ на уроках по русской лапте.                                                                                   | <b>1</b> |
| 29. |  |  | Русская лапта. Основной спортивный инвентарь для игры в русскую лапту.                                                          | <b>1</b> |
| 30. |  |  | Русская лапта. Обучение стойки игрока. Передвижения игроков.                                                                    | <b>1</b> |
| 31. |  |  | Русская лапта. Игры, подводящие к игре «Лапта», «Вызов номеров».                                                                | <b>1</b> |
| 32. |  |  | Русская лапта. Ловли и передачи.                                                                                                | <b>1</b> |
| 33. |  |  | Русская лапта. Игра по упрощенным правилам в мини-лапту.                                                                        | <b>1</b> |
| 34. |  |  | Русская лапта. Учебная игра.                                                                                                    | <b>1</b> |