

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа
имени Героя Советского Союза Владимира Митрофановича Игнатьева
села Пружинки Липецкого муниципального района Липецкой области

Рассмотрено и принято на заседании
педагогического совета
Протокол от 30.08.2023 №1

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ имени Героя
Советского Союза В.М.Игнатьева
с.Пружинки


 Л.С.Беляева
Приказ от 30.08.2023 №98

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»

Срок реализации 1 год

Разработана
педагогом дополнительного образования
Орловым А.А.

Пружинки, 2023 год

СОДЕРЖАНИЕ

	Страницы
1. Комплекс основных характеристик программы	
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи	3
1.3. Содержание программы	4
1.4. Планируемые результаты	5
2. Организационно-педагогические условия реализации программы	
2.1. Учебный план	5
2.2. Календарный учебный график	5
2.3. Формы аттестации	6
2.4. Кадровое обеспечение	6
2.5. Средства обучения	6
2.6. Оценочные материалы	6
2.7. Рабочая программа по модулю «Спортивные игры»	7

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- ✓ Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- ✓ Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”;
- ✓ Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р) (далее – Концепция);
- ✓ Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 г. № 09-3242. «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- ✓ «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года». Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р;
- ✓ Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Направленность программы: физкультурно–спортивная.

Программа направлена на содействие улучшению здоровья учащихся и на этой основе обеспечения нормального физического развития растущего организма и разностороннюю физическую подготовленность. Приобретение учащимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений, закаляющих средств и гигиенических требований с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни. Развивать физические качества, необходимые для овладения играми баскетбол, футбол, минифутбол, волейбол; придерживаться принципов гармоничности, оздоровительной направленности учебного процесса.

Данная программа направлена на привитие учащимися умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки. Программа призвана подготовить детей к сдаче учебных нормативов физической и технической подготовке в соответствии с их возрастом, сообщить элементарные теоретические сведения.

Актуальность программы

В наше время в жизни современного школьника существует проблема гиподинамии. Такая ситуация, о которой уже не один день бьют тревогу педагоги, врачи и ученые, опасна создающимся дефицитом двигательной активности. Естественно, что в условиях повышенной учебной нагрузки и дефицита двигательной активности учащихся, важнейшую роль играет эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы в школе, в том числе во внеурочное время. Вот почему среди наиболее эффективных средств физкультурно-оздоровительной работы со школьниками во внеурочное время спортивные игры занимают видное место. Они развивают двигательную активность, улучшают сердечно - сосудистую и дыхательную систему, укрепляют иммунную систему организма.

Обучение школьников игре в спортивные игры – педагогический процесс, направленный на укрепление здоровья занимающихся, развитие их физических качеств и освоение технико-тактических приемов игры.

Актуальность данной программы состоит в том, чтобы привить навыки к занятиям не только физической культурой, но и выбрать в дальнейшем тот вид спорта, который понравится, так как в занятиях спортивными играми дети развивают не только основные физические качества, но и навыки, необходимым при занятиях различным видам спорта и гимнастике. Программа способствует развитию интереса у воспитанников к здоровому образу жизни.

Программа базового уровня.

Срок реализации программы – 37 часов в год, 1 учебное занятие в неделю, 1 год обучения.

Программа рассчитана на детей и подростков 10-17 лет.

Форма обучения – очная.

Формы занятий: индивидуальные, групповые.

1.2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:

Цель программы:

- развитие у детей необходимых физических качеств, хорошей координации движений, умениям и навыкам игры в баскетбол, футбол, минифутбол, волейбол самостоятельности и творческого подхода к занятиям.

Задачи:

- укрепление здоровья и содействие правильному разностороннему физическому развитию;
- закаливание организма учащихся, повышение общей физической подготовленности;
- укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие быстроты, гибкости, ловкости, силы, выносливости;

- развитие специальных физических способностей, необходимых для совершенствования необходимого игрового навыка, обучение и совершенствование основ техники и тактики игры в баскетбол;

- привитие интереса к соревнованиям; привитие навыков здорового образа жизни;

- выполнение нормативных требований по общей и специальной физической подготовке;

- приобретение навыка в организации и построении учебно-тренировочных занятий и соревнований;

- содействие гармоничному развитию личности; содействие воспитанию нравственных и волевых качеств у учащихся;

- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями.

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Физическая культура как область знаний

История и современное развитие физической культуры

Олимпийские игры древности. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения. Олимпийское движение в России. Современные Олимпийские игры.

Современное представление о физической культуре (основные понятия)

Физическое развитие человека. Физическая подготовка, ее связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств. Техника движений и ее основные показатели. Спорт и спортивная подготовка. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне».

Физическая культура человека

Здоровье и здоровый образ жизни.. Требования безопасности и первая помощь при травмах во время занятий физической культурой и спортом. **Способы двигательной (физкультурной) деятельности**

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой

Подготовка к занятиям физической культурой (выбор мест занятий, инвентаря и одежды, планирование занятий с разной функциональной направленностью). Подбор упражнений и составление индивидуальных комплексов .

Оценка эффективности занятий физической культурой

Самонаблюдение и самоконтроль.

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность

Комплексы упражнений для оздоровительных форм занятий физической культурой.

Спортивно-оздоровительная деятельность

Спортивные игры: технико-тактические действия и приемы игры в футбол, мини-футбол, волейбол, баскетбол. Правила спортивных игр. Игры по правилам. Подготовка к выполнению

видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Прикладно-ориентированная физкультурная деятельность

Прикладная физическая подготовка: ходьба, бег и прыжки, выполняемые разными способами в разных условиях; лазание, перелезание, ползание; метание малого мяча по движущейся мишени. Общефизическая подготовка. Упражнения, ориентированные на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости, ловкости). Специальная физическая подготовка. Упражнения, ориентированные на развитие специальных физических качеств, определяемых базовым видом спорта (спортивные игры).

1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

По окончании обучения обучающиеся научатся:

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;
- раскрывать базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- разрабатывать содержание самостоятельных занятий с физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;
- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями; использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;
- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и в прыжках (в длину и высоту);
- выполнять основные технические действия и приемы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.

2.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Программа реализуется в течение всего календарного года, в соответствии с календарным учебным графиком, учебным планом.

Учебный план рассчитан на 37 недель, один час в неделю.

Наименование модуля	Количество часов в год	Форма промежуточной аттестации
Спортивные игры	37	Учебная игра
Итого	37	

2.2. Календарный учебный график

Начало занятий	✓ 01 сентября ✓ формирование учебных групп первого года обучения для зачисления в кружок с 01 сентября по 15 сентября уч. г.
Продолжительность реализации программы	37 недель Окончание 31 мая.

Режим работы занятий	Занятия проводятся с 14.40-15.25 по средам.
Длительность занятий	45 минут
Основные формы аудиторных занятий	✓ Групповые ✓ Индивидуальные
Сроки промежуточной аттестации	На последнем занятии в каждом модуле программы.

2.3. Формы аттестации

Система оценки результатов освоения программы включает в себя контроль знаний, умений и навыков учащихся и осуществляется в несколько этапов.

I. Промежуточный контроль.

- Выполнение дифференцированных практических заданий различных уровней сложности.

II. Итоговый контроль

Итоговый контроль - промежуточная аттестация. Форма - учебная игра.

2.4. Кадровое обеспечение программы

Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы обеспечивают ее реализацию в полном объеме, качество подготовки обучающихся, соответствие применяемых форм, средств, методов обучения и воспитания возрастным, психофизическим особенностям, склонностям, способностям, интересам и потребностям обучающихся.

Программу реализуют педагоги дополнительного образования, имеющие соответствующее образование и квалификацию.

2.5. Средства обучения

Характеристика помещения для занятий по программе

Спортивный зал.

Помещение должно быть хорошо освещенным, соответствовать санитарно-гигиеническим требованиям. До начала занятий и после их окончания необходимо осуществлять сквозное проветривание помещения. В процессе обучения учащиеся и педагог должны строго соблюдать правила техники безопасности труда.

Материально-техническое обеспечение

1.	Минифутбольное поле	1
2.	Волейбольная площадка	1
3.	Баскетбольная площадка	1
4.	Мяч футзальный	5
5.	Мяч волейбольный	5
6.	Мяч баскетбольный	5

Технические средства обучения

- компьютер с выходом в Интернет;
- проектор;
- экран.

2.6. Оценочные материалы.

Оценка знаний, умений и навыков, приобретенных в процессе обучения, является основой при отслеживании результатов работы.

№	Виды контроля	Контролируемые знания, умения, навыки	Форма контроля
1.	Предварительный контроль	Ловля, передача, ведение, бросок мяча, правила игры.	Индивидуально, в ходе учебной игры.
2.	Текущий контроль	Ловля, передача, ведение, бросок мяча, правила игры.	Индивидуально, в ходе учебной игры.
3.	Промежуточная аттестация	Ловля, передача, ведение, бросок мяча, правила игры.	Индивидуально, в ходе учебной игры.
4.	Итоговая аттестация	Ловля, передача, ведение, бросок мяча, правила игры.	Индивидуально, в ходе учебной игры.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа
имени Героя Советского Союза Владимира Митрофановича Игнатьева
села Пружинки Липецкого муниципального района Липецкой области

Рассмотрено и принято на заседании
педагогического совета
Протокол от 30.08.2023 №1

Утверждено
Директор МБОУ СОШ имени Героя
Советского Союза В.М.Игнатьева
с.Пружинки


Л.С.Беляева



Приказ от 30.08.2023 №98

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО МОДУЛЮ
«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ» К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»**

Разработана
педагогом дополнительного образования
Орловым А.А.

Пружинки, 2023

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

По окончании обучения обучающиеся научатся:

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;
- раскрывать базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- разрабатывать содержание самостоятельных занятий с физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;
- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями; использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;
- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и в прыжках (в длину и высоту);
- выполнять основные технические действия и приемы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Физическая культура как область знаний

История и современное развитие физической культуры

Олимпийские игры древности. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения. Олимпийское движение в России. Современные Олимпийские игры.

Современное представление о физической культуре (основные понятия)

Физическое развитие человека. Физическая подготовка, ее связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств. Техника движений и ее основные показатели. Спорт и спортивная подготовка. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне».

Физическая культура человека

Здоровье и здоровый образ жизни.. Требования безопасности и первая помощь при травмах во время занятий физической культурой и спортом. **Способы двигательной (физкультурной) деятельности**

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой

Подготовка к занятиям физической культурой (выбор мест занятий, инвентаря и одежды, планирование занятий с разной функциональной направленностью). Подбор упражнений и составление индивидуальных комплексов .

Оценка эффективности занятий физической культурой

Самонаблюдение и самоконтроль.

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность

Комплексы упражнений для оздоровительных форм занятий физической культурой.

Спортивно-оздоровительная деятельность

. Спортивные игры: технико-тактические действия и приемы игры в футбол, мини-футбол, волейбол, баскетбол. Правила спортивных игр. Игры по правилам. Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Прикладно-ориентированная физкультурная деятельность

Прикладная физическая подготовка: ходьба, бег и прыжки, выполняемые разными способами в разных условиях; лазание, перелезание, ползание; метание малого мяча по движущейся мишени. Общефизическая подготовка. Упражнения, ориентированные на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости, ловкости). Специальная физическая подготовка. Упражнения, ориентированные на развитие специальных физических качеств, определяемых базовым видом спорта (спортивные игры).

3.КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ, ОТВОДИМЫХ НА ОСВОЕНИЕ КАЖДОЙ ТЕМЫ

№ п/п	Тема	Кол-во часов	План	Факт
1.	История развития баскетбола. Правила игры			
2.	Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, спиной вперед, лицом, варианты передачи мяча.			
3.	Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение). Ведение мяча правой, левой рукой.			
4.	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости.			
5.	Ведение с пассивным сопротивлением защитника			
6.	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника			
7.	Бросок мяча после остановки			
8.	Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции.			
9.	Бросок мяча после ведения два шага. Бросок мяча после ловли и ведения.			
10.	Штрафной бросок			
11.	Передача мяча с активным и пассивным сопротивлением защитника.			
12.	Перехват мяча. Вырывание и выбивание мяча.			
13.	Комбинации из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок.			
14.	Учебная игра			
15.	История развития волейбола. Правила игры			
16.	Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, спиной вперед, лицом.			
17.	Индивидуальные действия игроков в зависимости от позиции игрока на площадке. Прием и передача мяча двумя руками сверху.			
18.	Верхняя прямая подача. Прием и передача мяча сверху двумя руками.			

19.	Передача мяча в двойках, тройках, через сетку, в заданную часть площадки. Комбинации из освоенных элементов. Приём и передача мяча двумя руками снизу.			
20.	Передача мяча в двойках, тройках, через сетку, в заданную часть площадки. Комбинации из освоенных элементов. Приём и передача мяча двумя руками снизу.			
21.	Приём мяча снизу двумя руками с подачи в зонах 6,1,5 и первая передача в зоны 3,2			
22.	Приём мяча снизу двумя руками с подачи в зонах 6,1,5 и первая передача в зоны 3,2			
23.	Чередование способов подач на точность. В ближнюю, дальнюю половины площадки			
24.	Выбор способа отбивания мяча через сетку			
25.	Выбор места для выполнения второй передачи в зонах 3,2 для нападающего удара			
26.	Выбор способа отбивания мяча через сетку передачей сверху двумя руками, кулаком			
27.	Передача сверху двумя руками к сетке, стоя спиной по направлению.			
28.	Учебная игра			
29.	История развития мини-футбола. Правила игры			
30.	Ведение: средней частью подъема и носком (осуществляется преимущественно прямолинейное движение)			
31.	Ведение: внутренней частью подъема (дает возможность выполнить перемещение по дуге)			
32.	Ведение: внутренней стороной стопы, внешней частью подъема			
33.	Остановка мяча ногой: остановка мяча внутренней стороной стопы			
34.	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. Удары по мячу ногой : внутренней стороной стопы			
35.	Удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель: внутренней частью подъема			
36.	Отбор мяча. Обманные движения (финты).			
37.	Учебная игра			