

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Тороповская основная общеобразовательная школа»

Принята
на педагогическом
совете 26.06.2024
Протокол № 15



Утверждено
Директор школы
[Signature] /Н.Н.Пташинская/
Приказ № 45 от 26.06.2024

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Спортивные игры»

Возраст обучающихся: 15-16 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель: Пихтовникова С.С.
учитель физической культуры

д.Торопово,
2024 год

Данная программа составлена на основе следующих документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р);
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 03.09. 2019 года №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»
- Постановление Правительства Вологодской области от 15.06.2021 №626);
«О концепции развития дополнительного образования детей в Вологодской области с использованием персонифицированного учета и персонифицированного финансирования дополнительного образования детей
- Приказ Департамента образования Вологодской области от 22.09.2021 № ПР.20-0009/21 (с изменениями на 13 ноября 2023 г.) «Правила персонифицированного дополнительного образования детей в Вологодской области»

1. *Пояснительная записка*

В настоящее время, когда весь мир вступил в эпоху компьютеров и телефонов, резко снизилась двигательная активность детей и подростков. Этот факт отрицательно сказывается на состоянии их здоровья. Наша задача вовлечь ребят в активные занятия физической культурой и спортом. Именно на это нацелена данная программа. В процессе занятий спортивными играми обучающиеся получают целый комплекс полезных умений и навыков, необходимых в практической деятельности и жизни.

Актуальность программы продиктована требованиями времени.

Программа «Спортивные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и является неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса.

Приоритетными задачами программы являются формирование в сознании детей ценностного отношения к своему здоровью, развитие мотивации к познанию и творчеству учащихся, создание условий для развития, укрепление психического и физического здоровья.

Новизна данной программы состоит в том, что в ней прослеживается изучение данного вида спортивной подготовки с применением специальных упражнений на развитие координационных способностей, силы, силовой выносливости, беговой выносливости, скорости в беге, овладение техникой двигательных действий и тактическими приёмами по данной специализации. В процессе освоения данной программы обучающиеся формируются как целостная личность, в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств.

Педагогическая целесообразность программы проявляется в том, что в объединении особое внимание уделяется формированию личностных свойств характера обучающихся. Эти свойства, хотя и базируются на типе нервной системе, изменяются в физкультурно-спортивной направленности специально организованной деятельности. Их позитивная динамика определяется мотивацией обучающихся на здоровый образ жизни. Данная программа может рассматриваться как одна из ступеней к здоровому образу жизни и неотъемлемой частью всего воспитательного процесса. В своей реализации программа ориентируется не только на усвоение ребёнком знаний и представлений, но и становление его мотивационной сферы гигиенического поведения, реализации усвоенных знаний и представлений в поведении, помогает в решении задач здоровья сбережения.

Занятия физическими упражнениями развивают в детях такие качества, как выносливость, скорость и координацию. Занятия спортивными играми развивают смекалку и умение взаимодействовать в коллективе, помогают подросткам оценить свои возможности, развить чувство собственного

достоинства, целеустремленность и волю к победе. Развитие этих качеств, в свою очередь, способствует успешному выполнению учебных программ.

Отличительные особенности данной программы

Программа относится к физкультурно – спортивной направленности. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого социального благополучия и успешности человека.

Цель: Формирование интереса и потребности к занятиям физкультурой и спортом посредством спортивных игр.

Задачи:

Обучающие:

- обучение технике и тактике спортивных игр;
- формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний;

Развивающие:

- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям спортивными играми;

Воспитательные:

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому, физическому развитию обучающихся;
- популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;
- воспитание моральных и волевых качеств.

Краткие сведения о коллективе: состав коллектива постоянный. Участниками осуществления программы являются обучающиеся 15-16 лет общеобразовательной школы. Набор обучающихся свободный: принимаются все желающие на бесплатной основе.

Программа рассчитана: на 1 год обучения.

Количество часов: 34 часа.

Количество обучающихся в коллективе: 9-15 человек, прошедших медицинский осмотр.

Место проведения занятий: спортзал школы , спортивная площадка

Время проведения занятий: занятия в группах проводятся 1 раз в неделю по 40 минут: среда 18.00 – 18.40

Формы организации учебных занятий

- Урок – лекция;
- Практическое занятие;
- Урок – игра

Формы текущего контроля: наблюдение, опрос, учебная игра

Педагогические условия - учёт индивидуальных и возрастных особенностей детей;
создание условий для развития личности подростка и его способностей;

Методические условия - программа деятельности спортивной секции;
- тематическое планирование.

Уровень программы – базовый.

Форма обучения: - очная

Язык программы: - программа реализуется на русском языке.

Планируемые результаты работы:

Обучающийся должен знать: функциональные возможности своего организма;
правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми;
названия разучиваемых технических приёмов игры и основы правильной техники;
наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
основное содержание правил соревнований по спортивным играм;
жесты судьи спортивных игр;
игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами спортивных игр;

Обучающийся должен уметь:

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;
играть в спортивные игры с соблюдением основных правил;
демонстрировать жесты судьи спортивных игр;
проводить судейство спортивных игр.

Формы итогового контроля: спортивный праздник

Критерии оценки и уровни освоения программы: участие в соревнованиях школы по баскетболу, пионерболу, волейболу, флорболу.

2. Учебный план

№п/п	Название раздела, темы	Количество часов		Всего часов
		Теория	Практика	
1	Баскетбол	3	10	13
3	Волейбол	3	9	12
4	Флорбол	1	7	8
5	Итоговый контроль (Спортивный праздник)		1	1
	Всего:	7	27	34

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятия	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Вводный инструктаж по технике безопасности во время спортивных игр. Презентация «Всё о баскетболе»	1		1
2	Правила игры в баскетбол. Элементы баскетбола, в парах, тройках. Развитие двигательных качеств.	0.5	0.5	
3	Индивидуальные упражнения баскетболиста.		1	1
4-5	Передачи мяча , ведение, броски. Учебная игра в облегченных условиях.		2	2
6	Жесты судьи. Эстафеты с элементами баскетбола.	0.5	0.5	1

7	Учебная игра.		1	1
8	Эстафета с ведением, обводкой, передачами в движении, броском мяча.		1	1
9	Игры с элементами баскетбола: «точные передачи», «мяч ловцу» и др.		1	1
10	Судейство игры. Персональные и командные фолы.	1		1
11	ОРУ. Круговая тренировка. Учебная игра.		1	1
12-13	Участие в школьном этапе игр по баскетболу и стритболу.		2	2
14	Инструктаж по Т.Б.при игре в волейбол. Презентация «Правила игры в волейбол»	1		1
15	Подводящие игры. Взаимодействие игроков на площадке во время игры. Игра в Пионербол.	0.5	0.5	1
16	Жесты судьи, судейство игры. Пионербол.	0.5	0.5	1
17-18	Участие в первенстве школы по Пионерболу.		2	2
19	Техника выполнения элементов волейболе: передачи и приемы мяча .	0.25	0.75	1
20	Техника выполнения специальных упражнений и комбинаций. Учебная игра в волейбол.	0.25	0.75	1
21	ОРУ. Упражнения со скакалкой. Упражнения с мячом в парах, тройках. Игра по правилам.		1	1
22	Техника выполнения подачи в волейболе. Учебная игра.	0.5	0.5	1
23-24	Участие в школьном этапе игр по волейболу.		2	2
25	ОРУ. Круговая тренировка.		1	1
26	Инструктаж по Т.Б. при игре Флорбол. Презентация «Правила флорбола». Взаимодействие игроков на площадке.	0.5	0.5	1
27	Владение клюшкой. Ведение мяча.		1	1
28	Действия в нападении, броски по воротам.	0.25	0.75	1
29	Действия в защите. Действия защитника.	0.25	0.75	1

30	ОРУ. Круговая тренировка.		1	1
31-33	Учебная игра.		3	3
34	Итоги года. Спортивный праздник.		1	1
	Итого:		3.75	30.25
				34

3.Содержание программы

1. Теория:

Вводный инструктаж по технике безопасности во время спортивных игр.
Презентация «Всё о баскетболе» .

2. Теория:

Правила игры в баскетбол.

Практика:

Элементы баскетбола, в парах, тройках. Развитие двигательных качеств.

3. Практика:

Индивидуальные упражнения баскетболиста.

4-5. Практика:

Передачи мяча ,ведение, броски. Учебная игра в облегченных условиях.

6Теория:

Жесты судьи.

Практика:

Эстафеты с элементами баскетбола.

7.Практика:

Учебная игра.

8. Практика:

Эстафета с ведением, обводкой, передачами в движении, броском мяча.

9. Практика:

Игры с элементами баскетбола: «точные передачи», «мяч ловцу» и др.

10. Теория:

Судейство игры. Персональные и командные фолы.

11. Практика:

ОРУ. Круговая тренировка. Учебная игра.

12-13. Практика:

Участие в школьном этапе игр по баскетболу и стритболу.

14. Теория:

Инструктаж по Т.Б.при игре в волейбол. Презентация «Правила игры в волейбол»

15. Теория:

Взаимодействие игроков на площадке во время игры.

Практика: Подводящие игры.

Игра в Пионербол.

16. Теория:

Жесты судьи, судейство игры.

Практика:

Пионербол.

17-18. Практика:

Участие в первенстве школы по Пионерболу.

19. Теория:

Техника выполнения элементов волейболе: передачи и приемы мяча.

Практика: передачи и приемы мяча.

20. Теория:

Техника выполнения специальных упражнений и комбинаций.

Практика: Учебная игра в волейбол.

21. Практика:

ОРУ. Упражнения со скакалкой. Упражнения с мячом в парах, тройках. Игра по правилам.

22. Теория:

Техника выполнения подачи в волейболе.

Практика:

Учебная игра.

23-24. Практика:

Участие в школьном этапе игр по волейболу.

25. Практика:

ОРУ. Круговая тренировка.

26. Теория:

Инструктаж по Т.Б. при игре Флорбол. Презентация «Правила флорбола».

Практика:

Взаимодействие игроков на площадке.

27. Практика:

Владение клюшкой. Ведение мяча.

28. Теория:

Действия в нападении.

Практика:

Броски по воротам.

29. Теория:

Действия в защите.

Практика:

Действия защитника.

30. Действия защитника.

ОРУ. Круговая тренировка.

31-33. Действия защитника.

Учебная игра.

34. Действия защитника.

Итоги года. Спортивный праздник.

4. Методическое обеспечение программы

Программа предусматривает очную форму обучения. В процессе обучения используются методы: словесный, наглядный, практический, а также поощрение, стимулирование, мотивация, необходимые для реализации воспитательных задач.

Формы организации учебной деятельности могут быть разнообразны: от индивидуальной до групповой.

В данном курсе широко используются образовательные технологии личностно-ориентированного обучения, практические занятия.

Учебное занятие по данной программе состоит из теоретической и практической части. Большинство занятий завершается учебной игрой, что способствует лучшему усвоению теоретического материала.

Педагогические технологии, используемые в обучении.

- Личностно – ориентированные технологии позволяют найти индивидуальный подход к каждому ребенку, создать для него необходимые условия комфорта и успеха в обучении с учетом сил, способностей и интересов ребенка, создают ситуацию сотрудничества для общения с другими членами коллектива.
- Игровые технологии помогают ребенку в форме игры усвоить необходимые знания и приобрести нужные навыки. Они повышают активность и интерес детей к выполняемой работе.

- **Кадровое обеспечение программы**

Реализация программы профессионального обучения обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими, базовое образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины. К образовательному процессу могут быть привлечены преподаватели из числа специалистов профильных организаций и учреждений по мере набора группы.

- **Система контроля и оценки уровня освоения программы**
Работа обучающихся оценивается по трёхуровневой шкале, предполагающей наличие следующих уровней освоения программного материала: высокий, средний, низкий. **•Высокий уровень:** обучающийся демонстрирует высокую ответственность и заинтересованность в образовательной деятельности, проявляет инициативу, не пропускает занятия без уважительной причины, демонстрирует высокий уровень знаний и компетенций, владеет на высоком творческом уровне приобретёнными в ходе изучения программы умениями и навыками;
 - **•Средний уровень:** обучающийся демонстрирует ответственность и заинтересованность в образовательной деятельности, проявляет хороший уровень знаний и компетенций; инициативы не проявляет, но способен поддерживать инициатора в предлагаемом поле деятельности, в достаточной степени владеет получаемыми в ходе изучения программы умениями и навыками;
 - **•Низкий уровень:** обучающийся демонстрирует недостаточную ответственность и заинтересованность в образовательной деятельности, посещает занятия от случая к случаю, показывает удовлетворительный уровень знаний и компетенций, в целом слабо владеет получаемыми в ходе изучения программы умениями и навыками.

5. Материально - техническое обеспечение

- спортивный зал - 1
- баскетбольные мячи -10
- волейбольные мячи -2
- скакалки -15
- волейбольная сетка -1
- баскетбольное кольцо -2
- гантели - 6

- набивные мячи -3
- тренажеры -3
- ворота -2
- ключки -6
- мячи для флорбола -6

6. Воспитательный компонент:

Осознавать дефицит собственных знаний, умений и компетентностей, необходимость в формировании новых знаний и умений. Совершенствовать своё физическое развитие. Формировать готовность к действиям в условиях неопределённости. Повышать уровень своей компетентности через практическую деятельность, в том числе умение учиться у других людей.

Корректировать принимаемые решения и действия. Формулировать и оценивать риски и последствия. Формировать опыт.

Календарный план воспитательной работы на 2023-2024 год.

Мероприятие	Сроки
Месячник защитника Отечества: Рыцарский турнир	февраль
Преодоление полосы препятствий. Кросс Нации	Сентябрь-октябрь
Акция «Мы выбираем жизнь!»	Декабрь
Акция «Здоровое и правильное питание»	В течение года
Недели профилактики: « Будущее в моих руках», « Независимое детство», « Мы за чистые легкие»	В течение года
Участие в школьной олимпиаде по физической культуре.	Октябрь-декабрь
Участие в соревнованиях по стритболу, баскетболу, волейболу.	По графику

7.Календарный учебный график

№ п/п	Этапы образовательного процесса	Сроки
1	Комплектование групп	Август-сентябрь
2	Начало учебного года	1 сентября
3	Продолжительность учебного года	34 учебные недели I полугодие - 16 учебных недель II полугодие - 18 учебных недель
4	Периодичность занятий	1 раз в неделю 1 час
5	Продолжительность академического часа	40 минут
6	Дополнительные дни отдыха	10 марта, 24 февраля, 1-4 мая, 9-11 мая.
7	Реализация программы	Сентябрь-май (34 часа)
8	Итоговый контроль. Спортивный праздник.	май

8. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Литература для учителя:

1. РУП физического воспитания под редакцией В.И. Ляха.
2. «Внеклассная работа спортивной секции по баскетболу, волейболу» (автор программы—доктор педагогических наук В.И.Лях и кандидат пед.наук А.А.Зданевич) .

Литература для учащихся:

1. Баскетбол / авт.-сост. М. Парсель. – М. : МАК Медиа, 2001. – 48 с. : ил.
2. Пирсон Алан, Хокинс Дэвид Школа мгновенной реакции, ловких движений, быстрых ног и сильных рук. Физическое развитие детей; АСТ, Астрель - Москва, 2014.

Ресурсы сети Internet

1. <https://www.sports.ru/tribuna/blogs/bestfootballall/2847794.html> - все о баскетболе
2. <https://infourok.ru/prezentaciya-pravila-igri-v-voleybol-412878.html> - правила игры в волейбол
3. https://ru.wikipedia.org/wiki/Правила_флорбола - правила флорбола
4. <http://sportrules.boom.ru/> - правила различных спортивных игр.