

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Шмаковская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО

Заседание педсовета

Протокол № 9

от «31» 08. 2020 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор

О.В.Стенникова

Приказ № 04-88

от «31» 08. 2020 г.

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

Возраст учащихся: 14-17 лет

Срок реализации: 1 год

Составитель: Менщиков Ю.М.

педагог дополнительного образования

с.Шмаково

ПАСПОРТ

Название	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа « Спортивные игры»
Направленность	физкультурно-спортивная,
Вид программы	общеобразовательная
Составитель программы	Менщиков Юрий Михайлович
Название учреждения	МКОУ « Шмаковская СОШ»
Адрес учреждения	Курганская область, Кетовский район, с.Шмаково, ул. Заречная 46
Целевая группа	Дети 14-17 лет
Обоснование для разработки программы	Реализация программы развития школы
Цель программы	укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.
Задачи программы	<ul style="list-style-type: none"> - пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся; - популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха; - формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям спортивными играми; - обучение технике и тактике спортивных игр; - развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости); - формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний; - воспитание моральных и волевых качеств.
Сроки реализации	1 года
Режим занятий	1 раз в неделю 1 час
Ожидаемые результаты	<ul style="list-style-type: none"> - формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека; - развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью; - формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Спортивные игры» относится к спортивно-оздоровительному направлению реализации внеурочной деятельности и составлена на основе: Комплексной программы физического воспитания учащихся 5-11 классов, авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2008г., допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации

Программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры. В основу планирования положены знания, базирующиеся на научных экспериментах, выполненных в различных отраслях науки, таких как педагогика, физиология, психология, спортивная медицина, опыт ряда педагогов по физической культуре, работающих по ФГОС. Программа составлена с учетом особенности работы образовательного учреждения и имеет оздоровительное, спортивное и общеразвивающее значение. Поэтому данная программа является программой внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению. Игра – исключительно ценный способ вовлечения школьников в двигательную деятельность. Подвижные и спортивные игры на занятиях используются для решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач. В играх, в отличие от других форм занятий, главное внимание обращается на оздоровительную сторону, воспитание физических качеств, стремление подростков организовывать свою деятельность, основываясь на четких и жестких правилах спортивных игр, которые дают возможность каждому обучающемуся развивать свои личностные качества, необходимые как в любых видах спортивно-оздоровительной деятельности, так и в обычной жизни.

Цель программы: развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателей физической подготовленности, формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях.

Задачи программы направлены на:

- Развитие у обучающихся положительной мотивации к занятиям физической культурой и спортом.
- Развитие навыков двигательной активности как составляющей здорового образа жизни и функциональной грамотности через заботу о собственном здоровье и развитии личности.
- Повышение уровня качества знаний по вопросам здоровья и его сохранения.
- Формирование волевых качеств, как основы получения образования.
- Формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях.
- Обобщение и углубление знаний об истории, культуре игр, желание применять игры самостоятельно и в повседневной жизни.
- Воспитательный результат достигается по *двум уровням* взаимодействия – связь ученика со своим учителем и взаимодействие школьников между собой на уровне группы секции.

Планируемые результаты освоения внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной видов деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.
- установка на безопасный здоровый образ жизни

Метапредметные результаты.

Регулятивные УУД:

- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать этапы решения задачи, определять последовательность учебных действий в соответствии с поставленной задачей;

-осуществлять пошаговый и итоговый контроль по результату под руководством учителя;

-анализировать ошибки и определять пути их преодоления;
различать способы и результат действия; --адекватно воспринимать оценку сверстников и учителя;

-прогнозировать результаты своих действий на основе анализа учебной ситуации;
проявлять познавательную инициативу и самостоятельность;

-самостоятельно адекватно оценивать правильность и выполнения действия и вносить необходимые коррективы и по ходу решения учебной задачи.

Познавательные УУД:

- анализировать информацию, выбирать рациональный способ решения задачи;
- формулировать проблему;
- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;
- различать обоснованные и необоснованные суждения;
- преобразовывать практическую задачу в познавательную;

Коммуникативные УУД:

- принимать участие в совместной работе коллектива;
- координировать свои действия с действиями партнеров;
- корректно высказывать свое мнение, обосновывать свою позицию;
- задавать вопросы для организации собственной и совместной деятельности;
- осуществлять взаимный контроль совместных действий принимать самостоятельно решения;
- содействовать разрешению конфликтов, учитывая позиции участников

Предметные результаты:

- обобщать, делать несложные выводы;
- давать определения тем или иным понятиям;
- выявлять закономерности и проводить аналогии;
- создавать условия, способствующие наиболее полной реализации потенциальных познавательных возможностей всех детей в целом и каждого ребенка в отдельности, принимая во внимание особенности их развития.
- осуществлять *принцип индивидуального и дифференцированного подхода в обучении учащихся* с разными образовательными возможностями.

Результаты внеурочной деятельности являются частью результатов освоения основной общеобразовательной программы в соответствии с требованиями ФГОС.

К концу года учащийся овладеет

- Основами спортивной терминологии по спортивным играм, лёгкой атлетике, спортивной гимнастике;
- Технику безопасности , применяемую в базовых видах спорта;
- Правилам судейства соревнований в изучаемых видах спорта

- Историей возникновения Олимпийских игр;
- Правилами здорового образа жизни;
- Техникой и тактикой командных действий;
- Техникой приёма, передачи, подачи мяча в волейболе;
- Техникой ловли-передачи, ведения, бросков мяча в баскетболе;
- Техникой бега на короткие дистанции в лёгкой атлетике;
- Техникой кувырков, прыжков, стоек в гимнастике;
- Навыками оказания первой медицинской помощи при травмах;

Формами подведения итогов освоения программы внеурочной деятельности являются:

- создание буклетов, плакатов;
- участие в «Дне здоровья».

Сроки реализации программы: 1 год. Занятия проводятся 1 раз в неделю в течение года. всего – 34 ч.

Основной **формой** проведения внеурочной деятельности является –**групповая**

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него. Роль игры в организации досуга занимает важное место в жизни ребёнка, и поэтому рассматривается педагогами как одно из главных средств воспитания.

Виды деятельности: занятия физической культуры (классические, интегрированные, комбинированные и смешанные), практические занятия, самостоятельная работа учащихся с литературой, выпуск буклетов, плакатов.

Содержание программы

1. Введение .

Знакомство с программой занятий. Основы знаний о спортивных и подвижных играх: понятия правил игры, выработка правил игры. Инструктаж по технике безопасности. Разработка макетов буклетов по видам игр.

2. Спортивные игры

Спортивные игры. Футбол. Русская лапта. Волейбол. Гандбол. Баскетбол. Бег в среднем темпе, эстафеты с мячом, самостоятельно играют в разученные игры с мячом. В содержание включаются такие подвижные игры: Эстафеты с ведением мяча, с передачей после ведения, змейкой и зигзагом, эстафета «Забрось мяч в кольцо» , «Школа мяча» , «Перестрелка» , «Лапта», «Запятной последнего» , «10 передач» , «Пять бросков», «Эстафета футболистов», «Эстафета баскетболистов».

Учебно-тематический план

/п	Тема	часы		
			Теория	Практика
.	Введение	1 ч.	1	
.	Спортивные игры: Футбол Русская лапта Волейбол Гандбол. Баскетбол.	33ч.	1 1 1 1 1	4 4 8 4 8
	ИТОГО	34ч.	6	28

Календарно-тематическое планирование

№п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	УУД
Введение			1	
1		Инструктаж по технике безопасности. Основы знаний подвижной и спортивной игр.	1	Знать ТБ, основные знания подвижной игры формирование о мире движений, их роли в сохранении здоровья.
Спортивные игры			33	
Волейбол			9	
2		Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки.	1	формирование правильной осанки и развитие навыков бега
3		Действия с мячом. Передача мяча двумя руками.	1	развитие меткости и координации движений
4		Передача на точность. Встречная передача	1	развитие меткости и координации движений
5		Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.	1	формирование правильной осанки и развитие навыков бега
6		Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование.	1	развитие меткости и координации движений
7		Групповые действия игроков. Взаимодействие игроков передней линии при приеме от подачи	1	развитие физических качеств выносливости и ловкости
8		Командные действия. Прием подач. Расположение игроков при приеме.	1	развитие силы и ловкости
9		Групповые действия игроков.	1	формирование правильной осанки и развитие навыков бега
10		Контрольные игры и соревнования.	1	развитие меткости и координации движений
Гандбол.			5	
11		Ручной мяч. Основные правила игры.	1	развитие силы и ловкости
12		Спортивная одежда и обувь. Техника игры в нападении и защите.	1	развитие меткости и координации движений

13		Стойки и перемещения, остановки. Ловля и передача мяча двумя руками на месте и в движении.	1	развитие физических качеств выносливости и ловкости
14		Ведение мяча и бросок. Отбор и выбивание мяча. Блокирование броска.	1	развитие меткости и координации движений
15		Игра вратаря. Подготовка к соревнованиям. Соревнования.	1	развитие физических качеств выносливости и ловкости
Русская лапта			5	
16		Предупреждение травматизма и оказание первой помощи при обучении детей игре «Русская лапта». Основы техники игры. Техническая подготовка игроков в лапту: стойка игрока, техника ударов битой по мячу, перебежки, осаливание, самоосаливание и переосаливание.	1	развитие физических качеств выносливости и ловкости
17		Ловля мяча и передача в парах. Выбор биты. Удары битой по мячу сверху.	1	формирование правильной осанки и развитие навыков бега
18		Ловля и передача мяча, осваивание. Двусторонняя игра. Передача, удары битой сверху, метание в цель.	1	развитие меткости и координации движений
19		Комплексные упражнения, комбинации. Закрепление навыков игры и знакомство с основными правилами	1	развитие физических качеств выносливости и ловкости
20		Командные игры и соревнования.	1	формирование правильной осанки и развитие навыков бега
Баскетбол.			9	
21		Основы техники и тактики. Техника нападения. Техника передвижения.	1	развитие скоростных качеств, выносливости
22		Техника владения мячом.	1	развитие скоростных качеств, выносливости
23		Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. развитие физических	1	развитие физических качеств выносливости и ловкости

		качеств выносливости и ловкости Бросок с трех очковой линии.		
24		Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости ведения.	1	развитие меткости и координации движений
25		Ловля мяча двумя руками с низкого отскока, одной рукой на уровне груди.	1	развитие скоростных качеств, выносливости
26		Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.	1	развитие меткости и координации движений
27		Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока.	1	развитие скоростных качеств, выносливости
28		Взаимодействие игроков с заслонами.	1	развитие меткости и координации движений
29		Групповые действия.	1	развитие физических качеств выносливости и ловкости
Футбол			5	
30		Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой	1	развитие скоростных качеств, выносливости
31		Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения.	1	развитие меткости и координации движений
32		Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.	1	развитие физических качеств выносливости и ловкости
33		Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	1	развитие скоростных качеств, выносливости
34		Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.	1	развитие скоростных качеств, выносливости
		Итого	34	

Календарный учебный график

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Спортивные игры»

Месяц	Неделя	Часы	Всего недель	Всего часов
сентябрь	1 неделя	1	4	4
	2 неделя	1		
	3 неделя	1		
	4 неделя	1		
октябрь	1 неделя	1	4	4
	2 неделя	1		
	3 неделя	1		
	4 неделя	1		
ноябрь	1 неделя	-	3	3
	2 неделя	1		
	3 неделя	1		
	4 неделя	1		
декабрь	1 неделя	1	4	4
	2 неделя	1		
	3 неделя	1		
	4 неделя	1		
январь	1 неделя	-	3	3
	2 неделя	1		
	3 неделя	1		
	4 неделя	1		
февраль	1 неделя	1	4	4
	2 неделя	1		
	3 неделя	1		
	4 неделя	1		
март	1 неделя	1	4	4
	2 неделя	1		
	3 неделя	1		
	4 неделя	1		
апрель	1 неделя	1	4	4
	2 неделя	1		
	3 неделя	1		
	4 неделя	1		
май	1 неделя	1	4	4
	2 неделя	1		
	3 неделя	1		
	4 неделя	1		
Итого		34	34	34

Предполагаемые результаты, формы, критерии их оценки:

Знать и иметь представление:

- О связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- О режиме дня и личной гигиене;
- О способах изменения направления и скорости движения;
- О соблюдении правил игры;

уметь:

- Выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
- Выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
- Выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
- Выполнять строевые упражнения;
- Соблюдать правила игры;
- Элементарно владеть мячом: держание, передача на расстоянии до 5 метров, ловля ведение;
- Играть в одну из игр, комплексно воздействующих на организм ребенка, типа «Пионербол», «Перестрелка», мини- баскетбол.

Способы проверки образовательной программы:

- повседневное систематическое наблюдение;
- участие в спортивных праздниках;
- участие в товарищеских встречах и соревнованиях.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы:

- спортивные праздники и конкурсы;
- матчевые встречи, товарищеские игры с командами аналогичного возраста;
- соревнования школьного, районного масштаба.

Система оценки достижения планируемых результатов освоения программы

Воспитательные результаты любого из видов деятельности школьников, в данном случае «спортивно-оздоровительного» распределяются по трем уровням.

Первый уровень результатов – приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, об устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие ученика со

своими учителями (в основном и дополнительном образовании) как значимыми для него носителями положительного социального знания и повседневного опыта.

Второй уровень результатов – получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьников между собой на уровне класса, школы, т.е. в защищенной, дружественной просоциальной среде. Именно в такой близкой социальной среде ребенок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретенных социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

Третий уровень результатов – получение школьником опыта самостоятельного общественного действия. Только в самостоятельном общественном действии юный человек действительно *становится* (а не просто *узнает о том, как стать*) социальным деятелем, гражданином, свободным человеком. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьника с социальными субъектами за пределами школы, в открытой общественной среде.

Для отслеживания динамики развития младших школьников в начале и конце года проводится диагностика по методике «Оцени себя сам», а по окончании курса – анкетирование с целью получения обратной связи о целесообразности занятий психологией, также осуществляются беседы с учителями и родителями

Информационно-методическое обеспечение

- малые и большие мячи, скакалки, канат, скамейки гимнастические, обручи, гантели 1 кг, диски CD с фонограммами, музыкальный центр.

Для учителя:

1. Гришина Г.Н «Любимые детские игры» серия «Вместе с детьми», Москва, ООО «ТЦ Сфера», 1999 г.,-96 с., ISBN 5-89144-012-1;
2. Кенеман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» под ред. Т.И.Осокиной, Москва, Просвещение, 1989 г.- 239 с., ISBN 5-09-002913-X
3. Ковалёва Е.А. «Игры на свежем воздухе для детей и взрослых» серия «Азбука развития», Москва, ООО «ИД РИПОЛ классик», ISBN 978-5-7905-4426-2, ООО «. ДОМ. XXI век, 2007 г.,-189 с., ISBN 978-5-91213-003-8;
4. Ковалько В. И. «Здоровье - сберегающие технологии», Москва «Вако», 2004 г.
5. Колесникова С.В. «Детская аэробика: Методика, базовые комплексы». Ростов н/д.: Феникс, 2005.-157.: ил.- (Школа развития)
6. Осокина Т. И. «Детские подвижные игры народов», Москва «Просвещение», 1989 г.
7. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Начальная школа (сост.Е. С. Савинов). — М. : Просвещение, 2010. (Стандарты второго поколения).
8. Рабочие программы по физической культуре. 1-11 классы (по программам В.И. Ляха) 2007.-126с-(Образовательный стандарт).
9. Степанова О.А «Игра и оздоровительная работа в школе», серия «Игровые технологии», Москва ООО «ТЦ Сфера» 2004 г., ISBN 5-89144-323-6,- 144 с.;
10. Фролов В. Г. «Физкультурные занятия на воздухе с детьми» Москва «Просвещение», 1983 г.
11. ФГОС 2 поколения
12. Шевченко И. В. «Вместе весело играть», Ростов-на-Дону «Феникс», 2002 г.

Интернет-ресурсы

1. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. – Режим доступа : <http://standart.edu.ru/catalog.aspx?CatalogId=2588>
2. Григорьев, Д. В. Методический конструктор внеурочной деятельности школьников / Д. В. Григорьев, П. В. Степанов. – Режим доступа : <http://www.tiuu.ru/content/pages/228.htm>