

**муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа пос. Уральский» Свердловской области**

Приложение  
к Дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программе,  
утвержденной приказом директора школы

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

Возраст учащихся: 11-18 лет

Срок реализации общеобразовательной общеразвивающей программы: 1 год

ФИО, должность автора-разработчика общеобразовательной общеразвивающей программы: Голик Владимир Николаевич, учитель физической культуры.

## Пояснительная записка

Направленность общеразвивающей программы: физкультурно – спортивная. Выбор данного направления развития личности ориентирован на учёт интересов и запросов учащихся и их родителей.

Актуальность программы определяется крайне высоким уровнем патологии здоровья школьников, что указывает на приоритетность решения проблемы здоровья подрастающего поколения для современной школы. Практика показывает, что решить данную проблему одной медицине не под силу. Поэтому в соответствии с государственной политикой часть этой работы обязаны взять на себя образовательные учреждения, в соответствии с Законом об образовании в РФ (ст. 51) и Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996) одним из восьми ключевых направлений воспитательной деятельности названо физическое воспитание и формирование культуры здоровья. Формирование всесторонне развитой личности – важная задача школы. Современные дети и подростки часто не имеют четкого представления о закономерностях процессов, протекающих в их собственном организме, о принципах здорового образа жизни, в том числе, о научных основах труда и отдыха, путях предупреждения, способах поддержания высокого уровня работоспособности, культуре физической деятельности. Они не обладают всеми теми знаниями, значимость которых особенно возросла в настоящее время в связи с увеличением нервно-психических нагрузок и сложной экологической обстановкой. Поэтому так важно, чтобы навыки здорового образа жизни формировались в школе. В обращении президента РФ к Федеральному Собранию одним из важных аспектов в образовании выделено здоровье, поэтому реализация именно этой программы внесёт свою лепту в воспитание здорового образа жизни подрастающего поколения.

Адресат общеразвивающей программы: курс обучения 1 год с детьми школьного возраста 11 – 17 лет. Наполняемость группы 8 – 15 человек.

Режим занятий: занятия проводятся по 40 минут – занятие 2 раза в неделю.

Объём общеразвивающей программы: 37 часов за учебный год.

Срок освоения общеразвивающей программы: 1 год.

Уровень сложности: базовый.

Перечень форм обучения: фронтальная, групповая, индивидуальная (в том числе дифференцированная по сложности).

Перечень видов занятий: тренировки, практические занятия, беседы и др.

Перечень форм подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы: устные в школьных соревнованиях, спортивных оздоровительных мероприятиях

**Цель программы:** формирование здорового жизненного стиля и реализация индивидуальных способностей каждого ученика.

**Задачи программы:**

Обучающие:

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

Развивающие:

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию учащихся;
- популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;
- формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям спортивными играми;
- расширить кругозор учащихся в области источника получения информации;
- развить индивидуальные и творческие способности детей.

Воспитательные:

- воспитать чувство ответственности;
- научить детей работать в коллективе;
- воспитать доброжелательность и контактность в отношении со сверстниками;
- воспитание дисциплинированности, усидчивости, точности суждений.

**Содержание общеразвивающей программы**  
Учебный (тематический) план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Баскетбол. Техника безопасности. История.	2	1	1	Беседа
2.	Стойки, передвижения, остановки.	2	1	1	Тренировка
3.	Передача и ловля мяча	2	1	1	Тренировка
4.	Ведение мяча правой и левой рукой	2	1	1	Тренировка
5.	Бросание мяча одной рукой с места	2	1	1	Тренировка
6.	Ловля и передача мяча одной и двумя руками	2	1	1	Тренировка
7.	Ведение мяча с изменением скорости и направления	2	1	1	Тренировка
8.	Бросание мяча двумя руками от груди, от головы	2	1	1	Тренировка
9.	Вырывание мяча	2	1	1	Тренировка
10.	Индивидуальные действия игрока	2	1	1	Тренировка
11.	Взаимодействие нападающих против защитников	2	1	1	Тренировка Соревнования
12.	Волейбол. Техника безопасности на занятиях. История	2	1	1	Беседа
13.	Правила игры. Стойка игрока	1	0	1	Беседа
14.	Передвижения	1	0	1	Тренировка
15.	Верхняя передача мяча	1	0	1	Тренировка
16.	Нижняя подача	1	0	1	Тренировка
17.	Приём снизу	1	0	1	Тренировка
18.	Верхняя прямая и нижняя передача мяча	1	0	1	Тренировка
19.	Верхняя прямая подача мяча	1	0	1	Тренировка
20.	Прямой нападающий удар	1	0	1	Тренировка
21.	Одиночное блокирование	1	0	1	Тренировка
22.	Учебная игра	4	1	3	Игра

**Содержание учебного плана**

Баскетбол. Техника безопасности. История. Стойки, передвижения, остановки. Передача и ловля мяча. Ведение мяча правой и левой рукой. Бросание мяча одной рукой с места. Ловля и передача мяча одной и двумя руками. Ведение мяча с изменением скорости и направления. Бросание мяча двумя руками от груди, от головы. Вырывание мяча. Индивидуальные действия игрока. Взаимодействие нападающих против защитников.

Волейбол. Техника безопасности на занятиях. История. Правила игры. Стойка игрока. Передвижения. Верхняя передача мяча. Нижняя подача. Приём снизу. Верхняя прямая и нижняя передача мяча. Верхняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар. Одиночное блокирование.

Учебная игра.

**Планируемые результаты**

Метапредметные результаты:

Регулятивные универсальные учебные действия

- формулировать и удерживать учебную задачу;
- ставить новые учебные задачи в сотрудничестве с педагогом;
- применять установленные правила для решения задач;
- выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- определять последовательность промежуточных целей и соответствующих им действий с учетом конечного результата;
- составлять план и последовательность действий;

- адекватно воспринимать предложения учителей, товарищей по исправлению допущенных ошибок.

Познавательные универсальные учебные действия

- использовать общие приёмы решения задач;
- применять правила и пользоваться инструкциями и освоенными закономерностями;
- контролировать и оценивать процесс и результат деятельности;
- осуществлять смысловое чтение;
- моделировать, т.е. выделять и обобщенно фиксировать существенные признаки объектов с целью решения конкретных задач;
- поиск и выделение необходимой информации из различных источников в разных формах (текст, рисунок, таблица, диаграмма, схема);
- запись, фиксация информации об окружающем мире, в том числе с помощью ИКТ;
- анализ информации;
- передача информации (устным, письменным, цифровым способами);
- применение и представление информации;
- оценка информации (критическая оценка, оценка достоверности).

Коммуникативные универсальные учебные действия

- ставить вопросы, обращаться за помощью, формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- формулировать собственное мнение и позицию, задавать вопросы;
- высказывать свое мнение (суждение) и запрашивать мнение партнера в рамках диалога;
- использовать вербальные и невербальные средства, наглядные материалы.

Личностные результаты:

- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
  - воспитание морально-этических и волевых качеств;
  - дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
  - умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
  - умение оказывать помощь своим сверстникам.
- зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития.

Предметные результаты:

- знать об особенностях зарождения, истории баскетбола, волейбола, настольного тенниса;
- знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами баскетбола, волейбола, настольного тенниса;
- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях и правила его предупреждения;
- владеть основами судейства игры в баскетбол, волейбол, настольный теннис.

### **Организационно-педагогические условия**

#### **Условия реализации программы**

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования.

Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания учащихся. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям учащихся; его количество определяется из расчёта активного участия всех детей в процессе занятий.

Важнейшее требование – безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закруглёнными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется учителем перед занятием.

- Баскетбольные мячи;
- Волейбольные мячи;

- Скакалки;
- Гимнастическая стенка;
- Гимнастические скамейки;
- Сетка волейбольная;
- Стойки;
- Щиты с кольцами;
- Секундомер;
- Свисток.

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования.

### **Формы аттестации/контроля и оценочные материалы**

Фонд оценочных средств:

- вводный контроль - в начале каждого занятия, направленный на повторение и закрепление пройденного материала. Вводный контроль может заключаться, как в форме устного опроса, так и в форме выполнения практических заданий;
- текущий контроль - в процессе проведения занятия, направленный на закрепление технологических правил решения изучаемой задачи;
- тематический контроль проводится по завершении изучения раздела программы в форме устного опроса и в форме выполнения самостоятельных работ.

#### **Формы итоговой аттестации**

Аттестация учащихся проводится 2 раза в учебном году: промежуточная - в I полугодии (декабрь), итоговая - во II полугодии (май). Промежуточная/итоговая аттестация проводится педагогом дополнительного образования без привлечения администрации школы.

Формы промежуточной/итоговой аттестации учащихся: соревнования различного уровня открытое занятие, выполнение задания (работы), защита проекта, тестирование, беседа, и другое.

Результаты промежуточной/итоговой аттестации учащихся оцениваются таким образом, чтобы можно было определить уровень освоения. По качеству освоения программного материала выделены следующие уровни:

- высокий – программный материал усвоен учащимся полностью, учащийся имеет высокие достижения в представлении результатов работы кружка (секции);
- средний – усвоение программы в полном объеме, в представлении результатов работы кружка (секции) участие принимал;
- ниже среднего (достаточный) – усвоение программы в полном объеме, участия в представлении результатов работы кружка (секции) не принимал.

### **Список литературы**

Для педагога

1. А.П. Матвеев. Физическая культура. 5-7 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений. Физическая культура М.2011г. «Просвещение».
2. Рабочая программа «Физическая культура 5 – 9 классы» Автор : Матвеев А.П.М. «Просвещение», 2012.
3. Физическая культура. Настольный теннис. Г.В. Барчукова, А.Н. Мизин.
4. Г.В. Барчукова, В.А. Воробьев. Настольный теннис: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ. М.: Советский спорт, 2004.
5. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/ Г.А. Колодиницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. - М.: Просвещение, 2011.
6. Зимин А.М. «Первые шаги в баскетболе. Учебное пособие для учащихся и учителей» М.: «Просвещение» 1992г.

Для учащихся и их родителей (законных представителей)

1. Борисов А.Н. Комментарий к Федеральному закону "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" (постатейный). М.: Юстицинформ, 2009. 328 с
2. Братановский С.Н., Вулах М.Г. Административно-правовой статус граждан в сфере физической культуры и спорта // Спорт: экономика, право, управление. 2015. N 3. С. 14 — 19.
3. Пельменев В. К., Конеева Е. В. История физической культуры. М.: Юрайт, 2019. 18
4. Ягодин В. В. Физическая культура. Основы спортивной этики. М.: Юрайт, 2019. 114 с.