

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Оренбургской области

Управление образования Светлинского района

МБОУ "Спутниковская СОШ"

РАСМОТРЕНО и ПРИНЯТО
на заседании ШМО:

Руководитель МО:

_____/_____

Протокол № 1

от «01» сентября 2023г

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора по ВР

_____/Саекешова С.К.

Протокол № 1

от «01» сентября 2023г

УТВЕРЖДЕНО

И.о. директора

МБОУ «Спутниковская СОШ

_____ Хамзина Г.А.

Приказ № 01-16/61

от « 01» сентября 2023 г

**Рабочая программа внеурочной деятельности
физкультурно-оздоровительной направленности
«Спортивные игры»**

Возраст обучающихся: 13-17 лет

Срок реализации программы: 1 год

п. Первомайский

2023г.

I. Комплекс основных характеристик программы

Пояснительная записка

Внеурочная деятельность обучающихся общеобразовательных учреждений объединяет все виды деятельности обучающихся (кроме учебной деятельности), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации. Согласно Базисному учебному плану общеобразовательных учреждений Российской Федерации организация занятий по направлениям внеурочной деятельности является неотъемлемой частью образовательного процесса. Время, отводимое на внеурочную деятельность, используется по желанию обучающихся в формах, отличных от урочной системы обучения. В Базисном учебном плане общеобразовательных учреждений Российской Федерации в числе основных направлений внеурочной деятельности выделено спортивно - оздоровительное направление. Программа внеурочной деятельности «Физическая культура» предназначена для физкультурно – спортивной и оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту. Материал программы предполагает изучение основ четырёх спортивных игр: футбола, баскетбола, волейбола и русской лапты, и даётся в трёх разделах: основы знаний, общая физическая подготовка и специальная техническая подготовка. Материал по общей физической подготовке является единым для всех спортивных игр и входит в каждое занятие курса. Программа разработана на основе требований к результатам освоения образовательной программы.

Правовой основой программы являются следующие документы:

Закон Оренбургской области «Об образовании в Оренбургской области» (от 06.09.2013 N 1698/506-V-ОЗ, ред. от 12.12.2016)

Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года

Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий

Приказ Минтруда РФ от 22.09.2021 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»

Санитарные правила СП 2.4 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным

программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196

Приказ №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

Паспорт национального проекта «Образование»

Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (с изменениями и дополнениями от 29.12.2017 г) «Об образовании в Российской Федерации»

Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ» (включая разноуровневые программы)

Направленность программы.

Образовательная программа “Спортивные игры” имеет физкультурно-спортивную направленность, по уровню освоения программа стартовая, предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья. Программа по спортивным играм предназначена для спортивных секций общеобразовательных учреждений. Данная программа дополнительного образования, предназначена для внеурочной формы дополнительных занятий по физическому воспитанию.

Актуальность программы.

Актуальность программы заключается в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей.

Отличительные особенности программы.

В основе спортивных игр лежат естественные движения - бег, прыжки, броски, передачи.

Коллективность действий. Эта особенность имеет большое значение для воспитания дружбы и товарищества, привычки подчинять свои действия интересам коллектива.

Соревновательный характер. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, направленных на достижение победы, при участии обучающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в процессе спортивной борьбы.

Принципы, лежащие в основе программы:

- Доступность (простота, соответствие возрастным и индивидуальным
 - наглядность (иллюстративность, наличие дидактических материалов);
 - демократичность и гуманизм (взаимодействие воспитателя и
 - научность (обоснованность, наличие методологической базы и теоретической основы);
 - «от простого к сложному» (научившись элементарным навыкам работы);
 - учащийся применяет свои знания в выполнении творческих работ).
- особенностям);
воспитанника в социуме, реализация собственных творческих потребностей)

Адресат программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивные игры», рассчитана на учащихся 13- 17 лет. Реализуется на базе «Спутниковской СОШ».

Объем и срок освоения программы.

Программа рассчитана на 1 год обучения и реализуется в объеме 68 часов в год (недельная нагрузка 2 час в неделю) среда, пятница.

Формы обучения и виды занятий по программе.

Программа реализуется в очной форме с обучающимися 13-17 лет.

Виды занятий: обучающие, общеразвивающие.

Вид учебной группы — постоянный состав.

Основная форма обучения- тренировочная. Данная форма обучения повышает умственную и физическую работоспособность обучающихся, координацию движений.

Дополнительная общеобразовательная программа «Спортивные игры» предусматривает проведение теоретических, практических занятий, выполнение учащимися контрольных нормативов, участие в соревнованиях , спортивных праздниках.

Срок освоения программы.

Программа рассчитана на 1 год. Курс включает 68 занятий: 2 занятие в неделю.

Режим занятий.

Занятия проводятся 2 раз в неделю. Продолжительность занятий: 40 минут.

Занятия проводятся на улице или в спортивном зале при плохой погоде.

Цель и задачи программы.

Цель: Создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям спортивными играми, формирование навыков здорового образа жизни.

Задачи программы

Обучающие:

- познакомить учащихся с интереснейшими видами спорта, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;
- углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры;

Развивающие:

- укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
- способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закалять организм;
- целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка.
- расширение спортивного кругозора детей.

Воспитывающие:

- формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

Содержание программы.

Учебный план

| № | Наименование разделов, тем | Всего часов | Количество часов учебных занятий | | Формы аттестации/ контроля |
|---|----------------------------|-------------|----------------------------------|----------|----------------------------|
| | | | Теория | Практика | |

| | | | | | |
|---------------|---|-----------|----------|-----------|--|
| 1 | Вводное занятие. Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Правила спортивных игр, соревнований, место занятий, инвентарь. | 2 | 2 | - | Устный опрос Контрольный опрос Диагностика Тестирование Сдача нормативов Соревнование Спортивные конкурсы Зачет |
| 2 | Общая физическая подготовка. | 13 | 1 | 12 | |
| 3 | Спортивные подвижные игры. Эстафеты с использованием спортивного инвентаря и оборудования. | 32 | 5 | 27 | |
| 4 | Занимательные подвижные игры. | 17 | 1 | 16 | |
| 5 | Организация и проведение спортивных мероприятий. | 4 | - | 4 | |
| Итого: | | 68 | 9 | 59 | |

Содержание учебного плана

1. Вводное занятие. Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Правила спортивных игр и соревнований, место занятий, инвентарь.

Теория (2 часа): Значение ЗОЖ. Правила поведения в спортивном зале. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, отказ от вредных привычек, самостоятельные занятия физической культурой и спортом. Значение физических упражнений для развития организма. Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий спортивными играми.

2. Общая физическая подготовка (13 часов).

Теория (1 час): Понятие о физических качествах, их развитии. Виды спортивных игр.

Практика(12 часов): Упражнения для развития мышц рук и плечевого сустава, упражнения для мышц туловища и шеи, ног и таза. Различные кувырки, перекаты, падения. Бег на короткие дистанции, высокий и низкий старт. Челночный бег, бег с препятствиями прыжки в высоту, в длину, с места, с разбега. Метание малого мяча в цель и на дальность. Метание набивного мяча из различных положений. Ходьба по гимнастической скамейке с препятствием; прыжки, упражнения с мячом. Бросание и ловля мяча, прыжки в высоту, лазанье по наклонной лестнице.

3. Спортивные подвижные игры (32 часов).

Теория(5 часов): правила игры, профилактика травматизма, элементы техники игры, тактические комбинации спортивных игр.

Практика 79 часов):

«Футбол» Развитие футбола в России. Значение футбола в системе воспитания. Правила игры, развитие основных навыков владения мячом, игра в защите и нападении. Ведение и обводка. Передачи мяча. Отбор мяча. Вбрасывание мяча. Удары по мячу. Игра вратаря. Тактика: защита, нападение. Свободная игра. Игра на счёт.

«Волейбол».

Волейбол. Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).

Действие без мяча: имитация передачи мяча. Игра в пионербол.

Действие без мяча: имитация передачи мяча. Игра в пионербол.

Верхняя прямая подача. Игра в пионербол с элементами волейбола

Верхняя и нижняя прямые подачи. Игра в пионербол с элементами волейбола.

«Баскетбол».

История развития баскетбола. Правила игры баскетбола. Ведение мяча. Броски мяча в кольцо. Овладение мячом и противодействия. Отвлекающие приёмы. Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Групповые тактические действия в нападении и защите. Командные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя игра.

Эстафеты с использованием спортивного инвентаря и оборудования (мячи, скакалки, обручи, кегли и т.д.).

4. Занимательные подвижные игры (17 часов).

Теория (1 час): Правила безопасного поведения при проведении подвижных игр.

Практика(16 часов): Игры на развитие внимания: «Воробьи - вороны», «Третий лишний», «Лиса и зайцы», «Попади мячом», «Запрещенное движение», «Огонек», «Манеж», «Шумелка», «Веснушки на макушке», «Земля-вода-воздух», «Телефон», «Что изменилось», «Найди предмет».

Игры на координацию движений: «Вышибалы с картинками», «Охотники и утки», «Игра с мячом», «Гонки крокодилов», «Вьюны», «Домашние хлопоты», «5+5», «Ловушка».

Игры на развитие ловкости, выносливости: «Попади в мишень», «Зевака», «Квач», «Падающая палка», «Заяц без логова», «Сантики- Сантики- Лим-По-По», «Гуси», «Горелка», «У медведя во бору», «Рыбаки и рыбки».

5. Организация и проведение спортивных мероприятий(4 часа).

Практика(4 часа): Правила безопасного поведения при проведении спортивных эстафет. Способы деления на команды. Считалки. Веселые старты. Соревнования и спортивные конкурсы. Спортивный праздник.

Планируемые результаты.

В результате изучения курса дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Спортивно-оздоровительные игры» обучающиеся первого года обучения получат возможность формирования **Личностных результатов:**

- Испытывать чувство гордости за свою Родину, российский народ и историю России.
- Освоить мотивы спортивной тренировки и личностный смысл занятий.
- Проявлять этические чувства, доброжелательную и эмоционально-нравственную отзывчивость, понимание и сопереживание чувствам других.
- Сотрудничать со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.
- Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения.

- Организовывать и проводить со сверстниками подвижные и спортивные игры и элементарные соревнования.
- Соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий.

Метапредметные результаты:

- Применять полученные знания в игре, контролировать свое самочувствие.
- Планировать, контролировать и оценивать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.
- Определять общую цель и путей её достижения.
- Распределять функции и роли в совместной деятельности и осуществлять взаимный контроль.
- Конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества.
- Выполнять двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.
- Излагать факты истории развития спортивных игр.

Предметные результаты:

- Планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга.
- Использовать спортивные игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека.
- Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные и спортивные игры).
- Выполнение технических действий спортивных игр, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

- Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснить ошибки и способы их устранения.

- Бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам поведения.

- В доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять.

- Применять двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Ожидаемые результаты и способы их проверки.

К концу первого года обучения обучающие должны

Знать:

- теоретические и практические особенности спортивных и подвижных игр по программе и правила их проведения;
- влияние физических упражнений на организм;
- правила техники безопасности на занятиях, находить и объяснить ошибки в технике выполнения приемов и игровых ситуаций.

Уметь:

- правильно обращаться со спортивным инвентарем;
- действовать в составе командных игровых групп;
- разбираться в системе проведения простейших спортивных игровых соревнований, правилах судейства;
- принимать участие в спортивных праздниках и соревнованиях;
- выполнять технически правильно приемы спортивных игр.

В течение учебного года идет непрерывный контроль усвоения знаний обучающимися посредством следующих способов и форм проверки:

- зачетных занятий в форме бесед по изученным теоретическим темам;
- тестирование;
- сдача нормативов по общей физической подготовке;
- выполнение технических приемов спортивных игр;
- участие в соревнованиях;
- итоговое мероприятие в конце года в виде спортивного праздника.

II. Комплекс организационно-педагогических условий
Календарный учебный график

| № п/п | Дата проведения | Время проведения | Кол-во часов | Тема занятия | Форма проведения занятия | Форма контроля |
|---|------------------------|-------------------------|---------------------|--|-------------------------------------|-----------------------|
| | | | | Вводное занятие 2 часа | | |
| 1 | 07.09.2023. | 17.00-17:45 | 1 | Значение ЗОЖ. Режим дня, личная гигиена, отказ от вредных привычек, самостоятельные занятия физической культурой и спортом. Значение физических упражнений для развития организма. | Презентация Занятие- беседа | Устный опрос |
| 2 | 07.09.2023 | 17.55-18.40 | 1 | Правила проведения игр и соревнований. Оборудование и инвентарь для занятий спортивными играми. | Познавательное занятие Дискуссия | Устный опрос |
| Общая физическая подготовка 13 часов | | | | | | |
| 3 | 14.09.2023 | 17.00-17.45 | 1 | Понятие о физических качествах, их развитии. Виды спортивных игр. | Познавательное занятие | Контрольный опрос |

| | | | | | | |
|----|------------|-------------|---|---|----------------------|-------------------------|
| 4 | 14.09.2023 | 17.55-18.40 | 1 | Упражнения для развития мышц рук и плечевого сустава, упражнения для мышц туловища и шеи, ног и таза. Кувырки, перекаты, падения. | Практическое занятие | Практические упражнения |
| 5 | 21.09.2023 | 17.00-17.45 | 1 | Упражнения для развития мышц рук и плечевого сустава, упражнения для мышц туловища и шеи, ног и таза. Кувырки, перекаты, падения. | Практическое занятие | Практические упражнения |
| 6 | 21.09.2023 | 17.55-18.40 | 1 | Бег на короткие дистанции, высокий и низкий старт. | Практическое занятие | Практические упражнения |
| 7 | 28.09.2023 | 17.00-17.45 | 1 | Бег. Челночный бег. | Практическое занятие | Сдача нормативов |
| 8 | 28.09.2023 | 17.55-18.40 | 1 | Челночный бег, бег с препятствиями прыжки в высоту, в длину, с места, с разбега. | Практическое занятие | Сдача нормативов |
| 9 | 05.10.2023 | 17.00-17.45 | 1 | Метание малого мяча в цель и на дальность. | Практическое занятие | Сдача нормативов |
| 10 | 05.10.2023 | 17.55-18.40 | 1 | Метание набивного мяча из | Практическое | Практические |

| | | | | | | |
|--|------------|-------------|---|---|----------------------|-------------------------|
| | | | | различных положений. | занятие | упражнения |
| 11 | 12.10.2023 | 17.00-17.45 | 1 | Ходьба по гимнастической скамейке с препятствием; прыжки, упражнения с мячом. | Практическое занятие | Практические упражнения |
| 12 | 12.10.2023 | 17.55-18.40 | 1 | Ходьба по гимнастической скамейке с препятствием; прыжки, упражнения с мячом. | Практическое занятие | Практические упражнения |
| 13 | 19.10.2023 | 17.00-17.45 | 1 | Бросание и ловля мяча, прыжки в высоту, лазанье по наклонной лестнице. | Практическое занятие | Практическое упражнение |
| 14 | 19.10.2023 | 17.55-18.40 | 1 | Бросание и ловля мяча, прыжки в высоту, лазанье по наклонной лестнице. | Практическое занятие | Практическое упражнение |
| 15 | 26.10.2023 | 17.00-17.45 | 1 | « Умные смелые, ловкие, умелые» | Занятие - игра | Соревнование |
| Спортивные подвижные игры 32 часа | | | | | | |
| 16 | 26.10.2023 | 17.55-18.40 | 1 | Профилактика травматизма, элементы техники игры, тактические комбинации | Занятие-консультация | Устный опрос |

| | | | | | | |
|----|------------|-------------|---|---|----------------------|-------------------------|
| | | | | спортивных игр. | | |
| 17 | 02.11.2023 | 17.00-17.45 | 1 | Правила игры футбол, развитие основных навыков владения мячом. | Практическое занятие | Практические упражнения |
| 18 | 02.11.2023 | 17.55-18.40 | 1 | Развитие футбола в России. Значение футбола в системе воспитания. | Урок-занятие | Устный опрос |
| 19 | 09.11.2023 | 17.00-17.45 | 1 | Игра в защите и нападении. Ведение и обводка. Передачи мяча. | Занятие-игра | Зачет |
| 20 | 09.11.2023 | 17.55-18.40 | 1 | Игра в защите и нападении. Ведение и обводка. Передачи мяча. | Практическое занятие | Практические упражнения |
| 21 | 16.11.2023 | 17.00-17.45 | 1 | Передача мяча. Отбор мяча.. | Практическое занятие | Практические упражнения |
| 22 | 16.11.2023 | 17.55-18.40 | 1 | Вбрасывание мяча. Удары по мячу | Практическое занятие | Практические упражнения |
| 23 | 23.11.2023 | 17.00-17.45 | 1 | Вбрасывание мяча. Удары по мячу | Практическое занятие | Практические упражнения |
| 24 | 23.11.2023 | 17.55-18.40 | 1 | Игра вратаря. Тактика: защита, нападение. Свободная игра. | Практическое | Практические |

| | | | | | занятие | упражнения |
|----|------------|-------------|---|---|----------------------|-------------------------|
| 25 | 30.11.2023 | 17.00-17.45 | 1 | Игра вратаря. Тактика: защита, нападение. Свободная игра. | Занятие -игра | Практические упражнения |
| 26 | 30.11.2023 | 17.55-18.40 | 1 | Игра вратаря. Тактика: защита, нападение. Свободная игра. Игра на счёт. | Практическое занятие | Зачет |
| 27 | 07.12.2023 | 17.00-17.45 | 1 | Тактические действия в защите и нападении. Учебно – тренировочная игра. | Практическое занятие | Практические упражнения |
| 28 | 07.12.2023 | 17.55-18.40 | 1 | Тактические действия в защите и нападении. Учебно – тренировочная игра. | Практическое занятие | Практические упражнения |
| 29 | 14.12.2023 | 17.00-17.45 | 1 | Тактические действия в защите и нападении. Учебно – тренировочная игра. | Практическое занятие | Зачет |
| 30 | 14.12.2023 | 17.55-18.40 | 1 | Баскетбол. Ведение мяча. Броски мяча в кольцо. | Занятие-консультация | Сдача нормативов |
| 31 | 21.12.2023 | 17.00-17.45 | 1 | История развития баскетбола. Правила игры баскетбола. | Урок- занятие | Устный опрос |

| | | | | | | |
|----|------------|-------------|---|--|----------------------|-------------------------|
| 32 | 21.12.2023 | 17.55-18.40 | 1 | Овладение мячом и противодействия. Отвлекающие приёмы. | Практическое занятие | Практические упражнения |
| 33 | 28.12.2023 | 17.00-17.45 | 1 | Овладение мячом и противодействия. Отвлекающие приёмы. | Практическое занятие | Практические упражнения |
| 34 | 28.12.2023 | 17.55-18.40 | 1 | Индивидуальные и групповые тактические действия в нападении и защите. | Практическое занятие | Практические упражнения |
| 35 | 11.01.2024 | 17.00-17.45 | 1 | Командные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя игра. | Практическое занятие | Практические упражнения |
| 36 | 11.01.2024 | 17.55-18.40 | 1 | Командные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя игра. | Практическое занятие | Соревнование |
| 37 | 18.01.2024 | 17.00-17.45 | 1 | Волейбол. Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх). | Практическое занятие | Практические упражнения |
| 38 | 18.01.2024 | 17.55-18.40 | 1 | Действие без мяча: имитация передачи мяча. Игра в пионербол. | Практическое занятие | Практические упражнения |
| 39 | 25.01.2024 | 17.00-17.45 | 1 | Действие без мяча: имитация передачи мяча. Игра в пионербол. | Практическое занятие | Практические упражнения |

| | | | | | | |
|----|------------|-------------|---|--|----------------------|-------------------------------------|
| 40 | 25.01.2024 | 17.55-18.40 | 1 | Верхняя прямая подача. Игра в пионербол с элементами волейбола | Практическое занятие | Практические упражнения |
| 41 | 01.02.2024 | 17.00-17.45 | 1 | Верхняя и нижняя прямые подачи. Игра в пионербол с элементами волейбола. | Практическое занятие | Практические упражнения |
| 42 | 01.02.2024 | 17.55-18.40 | 1 | Верхняя и нижняя прямые подачи. Игра в пионербол с элементами волейбола. | Практическое занятие | Практические упражнения |
| 43 | 08.02.2024 | 17.00-17.45 | 1 | Передача мяча: сверху двумя руками с места. Игра в пионербол с элементами волейбола. | Практическое занятие | Практические упражнения |
| 44 | 08.02.2024 | 17.55-18.40 | 1 | Передача мяча: сверху двумя руками с места. Игра в пионербол с элементами волейбола. | Практическое занятие | Практические упражнения |
| 45 | 15.02.2024 | 17.00-17.45 | 1 | Передача мяча: сверху двумя руками с места. Игра в пионербол с элементами волейбола. | Практическое занятие | Игра в пионербол |
| 46 | 15.02.2024 | 17.55-18.40 | 1 | Спортивные эстафеты. Правила эстафеты. Веселые старты. | Занятие-соревнование | Контрольный опрос Эстафета |
| 47 | 22.02.2024 | 17.00-17.45 | 1 | Спортивные эстафеты. Правила эстафеты. | Занятие-игра | Спортивный конкурс «Веселые старты» |

Занимательные подвижные игры 17 часов

| | | | | | | |
|----|------------|-------------|---|---|------------------------|-------------------------|
| 48 | 22.02.2024 | 17.55-18.40 | 1 | Знакомство с содержанием подвижных игр. Объяснение содержания и правил игры. Обсуждение игр. | Познавательное занятие | Контрольный опрос |
| 49 | 29.02.2024 | 17.00-17.45 | 1 | Игры на развитие внимания: «Воробьи - вороны», «Третий лишний», «Лиса и зайцы», «Попади мячом». | Занятие-игра | Практическое упражнение |
| 50 | 29.02.2024 | 17.55-18.40 | 1 | Игры на развитие внимания: «Попади мячом», «Запрещенное движение», «Огонек». | Занятие-игра | Практическое задание |
| 51 | 07.03.2024 | 17.00-17.45 | 1 | Игры на развитие внимания: «Манеж», «Шумелка», «Веснушки на макушке». | Занятие-игра | Практическое задание |
| 52 | 07.03.2024 | 17.55-18.40 | 1 | Игры на развития внимания: «Что изменилось», Найди предмет». | Занятие - игра | Практическое задание |
| 53 | 14.03.2024 | 17.00-17.45 | 1 | Игры на развития внимания: «Земля-вода-воздух», «Телефон» | Занятие - игра | Практическое задание |

| | | | | | | |
|----|------------|-------------|---|---|----------------------|-------------------------|
| 54 | 14.03.2024 | 17.55-18.40 | 1 | Игры на координацию движения: «Вышибалы с картинками», «Охотники и утки», «Вьюны». | Занятие упражнение | Задание |
| 55 | 21.03.2024 | 17.00-17.45 | 1 | Игры на координацию движения: «Охотники и утки», «Вьюны». | Занятие - игра | Соревнование |
| 56 | 21.03.2024 | 17.55-18.40 | 1 | Игры на координацию движения: «Игра с мячом», «Гонки крокодилов». | Практическое занятие | Спортивный конкурс |
| 57 | 28.03.2024 | 17.00-17.45 | 1 | Игры на координацию движения: «Удочка», «Мыши и кот», «Охотник и зайцы». | Занятие - игра | Практическое упражнение |
| 58 | 28.03.2024 | 17.55-18.40 | 1 | Игры на координацию движения: «Домашние хлопоты», «5+5», «Ловушка». | Занятие-игра | Практическое упражнение |
| 59 | 04.04.2024 | 17.00-17.45 | 1 | Игры на координацию движения: «Домашние хлопоты», «5+5», «Ловушка». | Занятие-игра | Эстафеты |
| 60 | 04.04.2024 | 17.55-18.40 | 1 | Игры на развитие ловкости, выносливости: «Попади в мишень», «Квач», «Падающая палка», | Практическое занятие | Практическое упражнение |
| 61 | 11.04.2024 | 17.00-17.45 | 1 | Игры на развитие ловкости, выносливости: «Заяц без логова», | Игра-соревнование | Практическое задание |

| | | | | | | |
|---|------------|-------------|---|---|------------------------|---|
| | | | | «Сантики- Сантики-Лим-По-По». | | |
| 62 | 11.04.2024 | 17.55-18.40 | 1 | Игры на развитие ловкости, выносливости: «Зевака», «Падающая палка», «Гуси». | Занятие-игра | Практическое упражнение |
| 63 | 18.04.2024 | 17.00-17.45 | 1 | Игры на развитие ловкости, выносливости: «Горелка», «У медведя во бору», «Рыбаки и рыбки». | Занятие-игра | Соревнование |
| 64 | 18.04.2024 | 17.55-18.40 | 1 | Игры на развитие ловкости, выносливости: «Мяч в корзину», «Подбрось – поймай» | Занятие-игра | Практическое упражнение |
| Организация и проведение спортивных мероприятий 4 часа | | | | | | |
| 65 | 25.04.2024 | 17.00-17.45 | 1 | Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Способы деления на команды. Считалки. | Познавательное занятие | Практическое упражнение Устный опрос |
| 66 | 25.04.2024 | 17.55-18.40 | 1 | Спортивная игра: «Веселые старты». | Практическое занятие | Спортивный конкурс |
| 67 | 02.05.2024 | 17.00-17.45 | 1 | Соревнования. Спортивные конкурсы. | Практическое занятие | Соревнования. Сдача нормативов. |

| | | | | | | |
|---------------------------------------|------------|-------------|------|---|----------------|--------|
| 68 | 16.05.2024 | 17.55-18.40 | 1 | Спортивный праздник. Итоговое занятие. | Занятие - игра | Турнир |
| Итого за год: | | | 68 ч | | | |
| Итого за весь период обучения: | | | 68 ч | | | |

Условия реализации программы

Оснащенность кабинета мебелью, ТСО, оборудованием

| №п/п | Наименование | Кол-во | Состояние |
|------|------------------------------|--------|-------------------|
| 1. | Мебель | | |
| 1.1 | Парта | 1 | удовлетворительно |
| 1.2 | Стул | 1 | удовлетворительно |
| 1.3 | Шкаф | 1 | удовлетворительно |
| 1.4 | Ноутбук | 1 | удовлетворительно |
| 1.5 | Огнетушитель | 1 | удовлетворительно |
| 1.6 | Аптечка | 1 | удовлетворительно |
| 2. | Оборудование | | |
| 2.1 | Скамейка гимнастическая | 4 | удовлетворительно |
| 2.2 | Стол для настольного тенниса | 3 | удовлетворительно |
| 2.3 | Шведская стенка «НЕНСИ» | 3 | удовлетворительно |
| 2.4 | Баскетбольные щиты | 2 | удовлетворительно |
| 2.5 | Волейбольные сетки | 2 | удовлетворительно |
| 2.6 | Секундомер | 1 | удовлетворительно |
| 2.7 | Перекладина для подтягивания | 1 | удовлетворительно |
| 2.8 | Козел гимнастический | 2 | удовлетворительно |
| 2.9 | Планка для прыжков в высоту | 2 | удовлетворительно |
| 2.10 | Маты гимнастические | 10 | удовлетворительно |
| 2.11 | Мостик гимнастический | 2 | удовлетворительно |

Учебный спортивный инвентарь

| №п/п | Наименование | Кол-во | Состояние |
|------|--|---------|-------------------|
| 1. | Обруч | 10 | удовлетворительно |
| 2. | Скакалка | 13 | удовлетворительно |
| 3. | Мяч баскетбольный | 15 | удовлетворительно |
| 4. | Мяч волейбольный | 5 | удовлетворительно |
| 5. | Мяч набивной | 5 | удовлетворительно |
| 6. | Мяч футбольный | 2 | удовлетворительно |
| 7. | Сетка волейбольная | 2 | удовлетворительно |
| 8. | Лыжи с креплениями | 28 | удовлетворительно |
| 9. | Палки лыжные | 15 | удовлетворительно |
| 10. | Ботинки лыжные | 27 | удовлетворительно |
| 11. | Ракетки для настольного тенниса | 6 | удовлетворительно |
| 12. | Сетка для настольного тенниса | 3 | удовлетворительно |
| 13. | Мяч для настольного тенниса | 8 | удовлетворительно |
| 14. | Канат для перетягивания | 2 | удовлетворительно |
| 15. | Сетка баскетбольная | 2 | удовлетворительно |
| 16. | Эстафетная палочка | 3 | удовлетворительно |
| 17. | Мяч гимнастический | 1 | удовлетворительно |
| 18. | Дорожка акробатическая | 5 | удовлетворительно |
| 19. | Конь гимнастический | 4 | удовлетворительно |
| 20. | Граната- 300 гр., 500 гр., 700гр. | 5 | удовлетворительно |
| 21. | Гимнастическая дорожка (брезент -1, дорожка – 3) | 1 комп. | удовлетворительно |
| 22. | Шахматы | 5 | удовлетворительно |
| 23. | Шашки | 5 | удовлетворительно |

| | | | |
|-----|--------|---|-------------------|
| 24. | Конусы | 8 | удовлетворительно |
|-----|--------|---|-------------------|

Аптечка первой помощи

Перечень вложения

| № | Наименование | Количество |
|---|---|------------|
| 1 | Бинт марлевый медицинский (нестер.) | 1 шт. |
| 2 | Бинт марлевый медицинский (стер.) | 3 шт. |
| 3 | Бинт эластичный трубчатый | 1 шт. |
| 4 | Вата | 1 шт. |
| 5 | Лейкопластырь бактерицидный | 2 шт. |
| 6 | Устройство – маска полиэтиленовая с обратным клапаном для ИВЛ | 1 шт. |
| 7 | Жгут кровоостанавливающий | 1 шт. |
| 8 | Ножницы | 1 шт. |
| 9 | Градусник | 1 шт. |

Формы аттестации

Способы проверки дополнительной образовательной программы:

- повседневное систематическое наблюдение;
- сдача контрольных нормативов по физической подготовке;
- участие в спортивных праздниках, конкурсах;
- участие в товарищеских встречах и соревнованиях.

Формы подведения итогов реализации дополнительной программы

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

Контрольные тесты и упражнения проводятся в течении всего учебно-тренировочного годового цикла 2 – 3 раза в год.

Тестирование проводят в начале учебно-тренировочного года – в сентябре – октябре; затем в его середине – в декабре – январе и в апреле – мае.

Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

Оценочные материалы

В течение освоения программы проводится аттестация, целью которой является определение степени усвоения материала обучающимися и стимулируется потребность обучающихся к совершенствованию своих знаний и улучшению практических результатов. Оценочные материалы включают различные диагностические материалы (карты, тесты, индивидуальные и групповые задания. и т.д.) , разработаны критерии оценки.

Методические материалы.

Игра - исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственной человеку. Это первая деятельность, которой принадлежит большая роль в формировании личности. В играх дети отражают накопленный опыт, углубляют, закрепляют свое представление об изображаемых событиях, о жизни. Ребенок, как и взрослый, познает мир в процессе деятельности. Занятие играми обогащают участников новыми ощущениями, представлениями и понятиями. Спортивные игры - высшая ступень развития подвижных игр. Они отличаются едиными правилами, определяющими состав участников, размеры и разметку площадки, продолжительность игры, оборудование и инвентарь, что позволяет проводить соревнования различного масштаба. Соревнования по спортивным играм носят характер спортивной борьбы и требуют от участников большого физического напряжения и волевых усилий. В ходе спортивных игр вырабатывается и взаимопонимание партнеров в коллективе, необходимое в командных и лично-командных соревнованиях. Правильно построенная система тренировки в подготовительном периоде (в том числе и с применением подвижных игр) помогает подвести к достижению наилучшей спортивной формы в нужный момент.

Развитию самостоятельности в младшем школьном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных

праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, спортивные и подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные учащимися на занятиях.

Основные формы организации образовательного процесса — тренировочные занятия, беседы, учебные игры, соревнования, тестирование, спортивные конкурсы, праздники, просмотры соревнований.

Для достижения поставленной цели и решения задач дополнительной общеобразовательной программы «Спортивные игры» используются современные методы обучения и образовательные технологии, взаимно дополняющие друг друга.

Список литературы

1. Линдеберг Ф. Баскетбол – игра и обучение – М., 2015.
2. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/Г.А.Колодиницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2014. – 77с.: ил. – (Работаем по новым стандартам).
3. Железняк М.Н., Спортивные игры. – М., 2001.

