

Муниципальное казенное учреждение «Управление образования местной администрации Прохладненского муниципального района КБР»

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа с. Прималкинского»

СОГЛАСОВАНО

на заседании Педагогического совета  
Протокол от « »мая 2022 г. №

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора

Шкуратова И.В.  
Приказ от « » 2022 г. №

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»**

**Направленность программы:** физкультурно-спортивная

**Уровень программы:** базовый

**Вид программы:** модифицированный

**Адресат:** от 11 до 17 лет

**Срок реализации:** 3 года, 216 часов

**Форма обучения:** очная

**Автор:** Кубыщенко Алексей Викторович - педагог дополнительного образования

## **Раздел 1: Комплекс основных характеристик программы**

### **Пояснительная записка**

**Направленность:** физкультурно-спортивная

**Уровень программы:** базовый

**Вид программы:** модифицированный

**Тип программы:** модульная

**Нормативно-правовая база, на основе которой разработана программа:**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Закон Кабардино-Балкарской Республики от 24.04.2014 г. № 23-РЗ «Об образовании».

3. Постановление от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

4. Приказ Минобрнауки РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

5. Методические рекомендации по разработке и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (включая разноуровневые и модульные), разработанные Региональным модельным центром Минпросвещения КБР от 2021 г.

### **Актуальность**

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

### **Новизна**

С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Посредством спортивных игр достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности.

### **Отличительные особенности**

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

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

Игры носят 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.

### **Педагогическая целесообразность**

Спортивные игры позволяют решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждение интереса к определенному виду спорта. Практика показывает эффективность ранней подготовки учащихся для формирования полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах.

**Адресат:** от 11 до 17 лет

**Срок реализации:** 3 года, 216 часов.

1-ый год обучения - 72 часа

2-ой год обучения - 72 часа

3-ий год обучения - 72 часа

**Режим занятий:** 1 раз в неделю по 2 часа

**Наполняемость группы:** 20 человек

**Форма обучения:** очная

**Формы занятий:** групповая

**Цель программы:**

Создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья, обучающихся посредством приобщения к регулярным занятиям спортивными играми, формирование навыков здорового образа жизни, воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего села, своей страны.

**Задачи программы:**

**Личностные:**

- укрепить здоровье, достигнуть гармоничного физического развития;
- развить двигательные способности;
- приобрести необходимые знания в области физической культуры и спорта;
- воспитать потребность и умение самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- повысить уровень нравственных и волевых качеств;
- повысить ценностные ориентации на физическое и духовное совершенствование личности.

**Предметные:**

- сформировать способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
- сформировать потребность в систематических занятиях физическими упражнениями.

**Метапредметные:**

- сформировать умение самостоятельно планировать пути достижения целей; соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности, определять способы действий в рамках предложенных условий, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией; оценивать правильность выполнения учебной задачи;
- сформировать владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.

#### Учебный план

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		всего	теория	практика	
1.	Раздел 1. Основы знаний. Баскетбол	2	2		опрос
2.	Раздел 2. Техническая подготовка	22		22	тестирование уровня развития физических
3.	Раздел 3. Тактическая подготовка	13		13	соревнование
4.	Раздел 4. Основы знаний. Волейбол	2	2		опрос
5.	Раздел 5. Техническая подготовка	22		22	тестирование уровня развития физических
6.	Раздел 6. Тактическая подготовка	11		13	соревнование
	<b>ВСЕГО:</b>	<b>72 часа</b>	<b>4 часа</b>	<b>68 ч</b>	

Учебный план первого года обучения направлен на формирование умений и навыков, второго направлен на совершенствование сформированных на первом году обучения умений и навыков,

третий год обучения направлен на более углубленное совершенствование и закрепление сформированных умений и навыков.

### Содержание учебного плана

#### **Раздел 1. 2 часа.**

##### *Теория*

Техника безопасности. Основы знаний. Баскетбол. Размер площадки. Основные ошибки. Правила. Жесты судей. ТБ на занятиях по баскетболу, разметка площадки, основные ошибки. Ознакомление с жестами судей используемыми в баскетболе.

#### **Раздел 2: 22 часа.**

##### *Теория*

Техническая подготовка.

##### *Практика*

Стойка игрока. Перемещение в стойке. Ведение мяча. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Ловля и передача мяча. Броски мяча. Комбинации из освоенных элементов техники. Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Остановка двумя руками и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинация из основных элементов техники передвижений

#### **Раздел 3: 13 часов.**

##### *Теория*

Тактическая подготовка.

##### *Практика*

Тактика игры в защите. Изучение и совершенствование действий в защите индивидуально и командой. Тактика игры в нападении. Изучение и совершенствование действий в нападении индивидуально и командой. Матчевая встреча. Участие в соревнованиях.

#### **Раздел 4: 2 часа**

##### *Теория*

Основы знаний. Волейбол. Разметка площадки. Основные ошибки. Техника безопасности. Правила. Жесты судей. Беседа на темы: техника безопасности на занятиях по волейболу, разметка площадки, основные ошибки. Ознакомление с жестами судей используемыми в волейболе.

#### **Раздел 5: 22 часа**

##### *Практика*

Техническая подготовка. Верхняя и нижняя передачи. Передача мяча у сетке и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели. Верхняя и нижняя подачи. Верхняя и нижняя прямая подача в заданную зону площадки. Прямой нападающий удар. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Двусторонняя учебная игра. Участие в соревнованиях.

#### **Раздел 6: 11 часов**

##### *Теория*

Тактическая подготовка.

##### *Практика*

Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Взаимодействия игроков зон 6 с игроком зоны 3. Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Выбор места для выполнения нижней подачи; выбор место для второй передачи и в зоне 3. Матчевая встреча. Участие в соревнованиях

### **Планируемые результаты**

#### **Личностные:**

У обучающихся:

- укрепится здоровье, будет достигнуто гармоничное физическое развитие;
- разовьются двигательные способности;
- будут приобретены необходимые знания в области физической культуры и спорта;
- будут воспитаны потребность и умение самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- повысится уровень нравственных и волевых качеств;
- повысятся ценностные ориентации на физическое и духовное совершенствование личности.

**Предметные:**

У обучающихся:

- произойдёт компенсация уровня умственной нагрузки физической;
- будет сформирована способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
- будет сформирована потребность в систематических занятиях физическими упражнениями.

**Метапредметные:**

У обучающихся:

- будет сформировано умение самостоятельно планировать пути достижения целей; соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности, определять способы действий в рамках предложенных условий, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией; оценивать правильность выполнения учебной задачи;
- будет сформировано владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.

## Раздел 2: Комплекс организационно-педагогических условий

### Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала учебного года	Дата окончания учебного года	Количество учебных недель	Количество учебных часов в год	Режим занятий
стартовый	01.09.	31.05.	36	72	2ч в неделю
базовый	01.09.	31.05.	36	72	2ч в неделю
базовый	01.09.	31.05.	36	72	2ч в неделю

### Условия реализации

Образовательный процесс строится с учётом СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательной организации дополнительного образования детей».

#### Кадровое обеспечение

Программу реализует педагог дополнительного образования- Кубыщенко Алексей Викторович, педагог 1 категории.

#### Материально-техническое обеспечение

Спортивный зал (волейбольная и баскетбольная площадка), спортивный инвентарь (мячи, волейбольная сетка, манишки).

#### Методы работы

Основной формой работы является спортивное, которое предполагает взаимодействие педагога с обучаемыми и строится на основе индивидуального подхода к обучающемуся.

Методы обучения: словесный, наглядный, практический; объяснительно-иллюстративный; репродуктивный; игровой и др.; активные и интерактивные методы обучения.

Методы воспитания: убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация.

- описание педагогических технологий:

Педагогические технологии: индивидуального обучения, группового обучения, разноуровневого обучения, проблемного обучения, игровой деятельности.

#### Учебно-методическое и информационное обеспечение:

Официальные Правила Баскетбола 2020 Утверждены Центральным Бюро ФИБА Мис, Швейцария, 27 марта 2020 г.;

Официальные правила баскетбола 3x3 утверждены Центральным Бюро ФИБА Пекин, Китай, 28 августа 2019 года;

Правила вида спорта "Волейбол" (утв. приказом Минспорта РФ от 29 марта 2022 г. № 261)

#### Формы аттестации / контроля

Тестирование уровня развития физических качеств, соревнования.

#### Оценочные материалы

##### *Уровень общей физической подготовленности:*

Бег30 м 6 х5 м. На расстоянии 5 м чертятся две линии – стартовая и контрольная. По зрительному сигналу учащийся бежит, преодолевая 5 м шесть раз. При изменении движения в обратном направлении обе ноги испытуемого должны пересечь линию.

Прыжок в длину с места. Замер делается от контрольной линии до ближайшего к ней следа испытуемого при приземлении. Из трех попыток берется лучший результат.

Метание набивного мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками. Испытуемый стоит у линии. одна нога впереди, держа мяч двумя руками внизу перед собой. Поднимая мяч вверх замахом назад за голову, испытуемый производит бросок вперед.

### **Список литературы для педагогов**

1. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения Ю.Д. Железняк 2012 г.
2. Физическая культура. 5-7 класс М.Я. Виленский, м. Просвещение, 2000
3. Физическая культура. 8-9 класс В.И. Лях, Просвещение, 2000
4. Физическая культура. 10-11 классы: Учебник для общеобразоват. организаций: базовый уровень / В. И. Лях. — 6-е изд. — М.: Просвещение, 2019.

### **Список литературы для обучающихся**

1. Учебник «Физическая культура. 5-7 класс» М.Я. Виленский, Просвещение, 2000
2. Учебник «Физическая культура. 8-9 класс» В.И. Лях Просвещение, 2000

### **Интернет-ресурсы**

1. <https://russiabasket.ru/?lang%3Dru>
2. <https://volley.ru/>
3. <https://minsport.gov.ru/>
4. <https://www.youtube.com/c/fizkultura/videos>