Комитет по образованию администрации муниципального округа

г. Славгород Алтайского края

МБОУ "Лицей №17"

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  на заседании УМО гуманитарных дисциплин  Протокол № 1 от «29» августа 2024 г. | СОГЛАСОВАНО  на заседании научно-методического совета  Протокол № 1 от «29» августа 2024 г. | УТВЕРЖДЕНО  приказом МБОУ «Лицей № 17» от «30» августа 2024 г. № 262 |

Дополнительная общеобразовательная

общеразвивающаяпрограмма

спортивно-оздоровительной направленности

«Спортивные игры»

Возраст учащихся: 9-10 лет

Срок реализации: 1 год

Автор - составитель:

Люфт Марина Николаевна,

библиотекарь

Славгород, 2024 год

**Пояснительная записка**

Рабочая программа дополнительного образования спортивно-оздоровительной направленности «Спортивные игры» составлена на основе УМК М.Я.Виленского, В.И. Ляха «Физическая культура» 3-4 класс, М. Посвящение, 2016 г. и предназначена для организации занятий по дополнительному образованию.

Рабочая программа «Спортивные игры» разработана для учащихся 3-4 классов.

**Цели и задачи**

**Цель** –развитие личности на основе единства интеллектуального, физического и духовного развития

Программный материал предполагает решение следующих **основных задач**:

- укрепление здоровья и повышения работоспособности у школьников, ознакомление с историей возникновения спортивных игр, освоение техники и тактики игры, ознакомление с основами физиологии и гигиены спортсмена;

- воспитание у школьников высоких нравственных качеств, формирование понятия о том, что забота о своем здоровье является не только личным делом, воспитание потребности в сис­тематических и самостоятельных занятиях физическими упражнениями;

- развитие основных физических качеств: быстроты, выносливости,  скоростно-силовых качеств.

**Методы и приёмы обучения:**

**Словесные** (объяснение, беседа, распоряжение, команда), наглядные (показ упражнения учителем или учеником)

**Практические** (практические выполнения упражнений).

**Игровой метод.**

**Соревновательный метод**.

**Метод упражнения**

**Место учебного курса в учебном плане.**

Учебная нагрузка определена из расчёта 1 час в неделю. Таким образом, общий объём занятий составляет 34 ч

**Планируемые результаты.**

**Личностные результаты изучения предмета.**

|  |  |
| --- | --- |
| Выпускник научится | Доля учащих  ся (%) |
| В области познавательной культуры:   * овладеет знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастно-половым нормативам; * овладеет знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний, травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями.   В области нравственной культуры:   * управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований; * принимать активное участие в организации и проведении совместных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий.   В области трудовой культуры:   * планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха; * соблюдать правила безопасности.   В области эстетической культуры:   * длительно сохранять правильную осанку во время статичных поз и в процессе разнообразных видов двигательной деятельности; * сформирует потребность иметь хорошее телосложение в соответствии с принятыми нормами и представлениями.   В области коммуникативной культуры:   * осуществлять поиск информации по вопросам современных оздоровительных систем (в справочных источниках, учебнике, в сети Интернет и др.), а также обобщать, анализировать и применять полученные знания в самостоятельных занятиях физическими упражнениями и спортом; * формулировать цель и задачи индивидуальных и совместных с другими детьми и подростками занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание.   В области физической культуры:   * демонстрировать результаты не ниже, чем средний уровень основных физических способностей; * владеть способами физкультурно-оздоровительной деятельности: самостоятельно выполнять упражнения не развитие быстроты, координации, выносливости, силы, гибкости; соблюдать правила самоконтроля и безопасности во время выполнения упражнений. | 100 |

**Метапредметные результаты**

|  |  |
| --- | --- |
| Выпускник научится | Доля учащих  ся (%) |
| В области познавательной культуры:   * овладеет сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека, в развитии его сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств; * понимать здоровье как одно из важнейших условий развития и самореализации человека, расширяющего возможности выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего длительную творческую активность.   В области нравственной культуры:   * бережно относиться к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявлять доброжелательность и отзывчивость к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья; * проявлять уважительное отношение к окружающим, товарищам по команде и соперникам, проявлять культуру взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности.   В области трудовой культуры:   * добросовестно выполнять учебные задания, осознанно стремиться к освоению новых знаний и умений, повышающих результативность выполнения заданий; * приобретать умения планировать, контролировать и оценивать учебную деятельность, организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность.   В области эстетической культуры:   * знать факторы, потенциально опасные для здоровья и об их опасных последствиях; * понимать культуру движений человека, постигать значением овладением жизненно важными двигательными умениями и навыками, исходя их целесообразности и эстетической привлекательности.   В области коммуникативной культуры:   * владеть культурой речи, вести диалог в доброжелательной и открытой форме, проявлять к собеседнику внимание, интерес и уважение; * овладеет умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений.   В области физической культуры:   * владеть способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержанием; * владеть умениями выполнения двигательных действий и физических упражнений базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активно их использовать в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности. | 100 |

**Предметные результаты**

|  |  |
| --- | --- |
| Выпускник научится | Доля учащих  ся (%) |
| В области познавательной культуры:   * получит знания по истории развития спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами; * получит знания об основных направлениях развития физической культуры, их целях, задачах и формах организации.   В области нравственной культуры:   * проявлять инициативу и самостоятельность при организации совместных занятий физическими упражнениями, доброжелательно и уважительно относиться к участникам с разным уровнем их умений, физических способностей, состояния здоровья; * взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками, оказывать им помощь при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения.   В области трудовой культуры:   * преодолевать трудности, добросовестно выполнять учебные задания по технической и физической подготовке; * организовывать самостоятельные занятия физическими упражнениями разной функциональной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды.   В области эстетической культуры:   * организовывать самостоятельные занятия с использованием физических упражнений по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития; * организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений при выполнении упражнений разной направленности (на развитие координационных способностей, силовых, скоростных, выносливости, гибкости) в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития.   В области коммуникативной культуры:   * интересно и доступно излагать знания о физической культуре и спорте, умело применяя соответствующие понятия и термины; * определять задачи занятий физическими упражнениями, включенными в содержание школьной программы, аргументировать, как их следует организовывать и проводить.   В области физической культуры:   * отбирать физические упражнения, естественные силы природы, гигиенические факторы в соответствии с их функциональной направленностью, составлять из них индивидуальные комплексы для осуществления оздоровительной гимнастики, использования закаливающих процедур, профилактики нарушений осанки, улучшения физической подготовленности; * составлять планы занятий с использованием физических упражнений разной педагогической направленности, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма. | 100 |

**Содержание тем**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п.п | Наименова  ние разделов (тем) | Содержание | Характеристика видов деятельности учащихся | Коли  чество часов |
|  | Спортивные игры (баскетбол) | Стойки игрока. Перемещения в стойке. Ведение мяча на месте и в движении. Передача и ловля мяча двумя руками на месте и в движении. Бросок мяча двумя руками от груди. Вырывание и выбивание мяча. Игра с элементами баскетбола. | Овладевают основными приёмами игры в баскетбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляя и исправляя типичные ошибки. Соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. | 14 |
| 2. | Спортивные игры (волейбол) | Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху вперед и над собой. Передача мяча сверху двумя руками в парах. Прием мяча снизу двумя руками. Нижняя прямая подача. Игра с элементами волейбола. | Овладевают основными приёмами игры в волейбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и исправляя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдая правила безопасности. | 14 |
| 3. | Спортивные игры (футбол) | Перемещения, ускорения, остановки игрока. Удары по неподвижному и катящемуся мячу. Передачи мяча. Ведение мяча. Остановки мяча. Игра по упрощенным правилам. | Овладевают основными приёмами игры в футбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и исправляя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдая правила безопасности. | 6 |
| Всего: | | | | 34 |

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п.п | Тема | | Кол.  часов | Дата проведения | |
| План. | Факт. |
| **Пеонер-бол – 14 часов.** | | |
| 1 | Волейбол. Стойка игрока. Перемещения в стойке. | | 1 |  |  |
| 2 | Стойка игрока и перемещения в стойке. | | 1 |  |  |
| 3 | Передача мяча двумя руками сверху. | | 1 |  |  |
| 4 | Передача мяча двумя руками сверху над собой. | | 1 |  |  |
| 5 | Передача мяча двумя руками сверху над собой и вперед. | | 1 |  |  |
| 6-7 | Нижняя прямая подача. Игра с элементами волейбола. | | 2 |  |  |
| 8-9 | Прием мяча двумя руками снизу. Игра с элементами волейбола. | | 2 |  |  |
| 10-11 | Нижняя прямая подача и прием мяча. Игра с элементами волейбола. | | 2 |  |  |
| 12 | Сочетание приемов: подача – прием – передача. Игра с элементами волейбола. | | 1 |  |  |
| 13-  14 | Игра по упрощенным правилам. | | 2 |  |  |
| **Баскетбол – 14 часов.** | | | | | |  |
| 15. | Баскетбол. Инструктаж по ТБ. Стойка и передвижения игрока | | 1 |  |  |
| 16. | Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте. | | 1 |  |  |
| 17. | Ведение мяча. Передача и ловля мяча двумя руками. | | 1 |  |  |
| 18. | Ведение мяча на месте и в движении. Игра с элементами баскетбола. | | 1 |  |  |
| 19. | Бросок двумя руками от груди. Игра с элементами баскетбола. | | 1 |  |  |
| 20. | Ведение и бросок мяча. Игра с элементами баскетбола. | | 1 |  |  |
| 21. | Ведение мяча в высокой и низкой стойке. Игра с элементами баскетбола. | | 1 |  |  |
| 22. | Ведение мяча с изменением скорости и направления. Игра с элементами баскетбола. | | 1 |  |  |
| 23. | Бросок мяча двумя руками от груди с места. Игра с элементами баскетбола. | | 1 |  |  |
| 24. | Бросок мяча двумя руками от груди в движении. Игра с элементами баскетбола. | | 1 |  |  |
| 25.  26. | Вырывание и выбивание мяча. Игра с элементами баскетбола. | | 2 |  |  |
| 27-  28. | Учебная игра в баскетбол по упрощенным правилам. | | 2 |  |  |
|  | | | | | |
| 29. | Футбол. Перемещения и остановки игрока. | | 1 |  |  |
| 30. | Передачи мяча на месте и в движении. | | 1 |  |  |
| 31. | Передача и остановка мяча. | | 1 |  |  |
| 32. | Передача и остановка мяча. | | 1 |  |  |
| 33. | Удары по неподвижному и катящемуся мячу. | | 1 |  |  |
| 34. | Удары по неподвижному и катящемуся мячу. | | 1 |  |  |
|  | | Всего – 34 часа. | | | |

**Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение рабочей программы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п.п | Наименование объектов и средств материально-технического оснащения | Необходимое количество | Примечания |
| 1. | Библиотечный фонд (книгопечатная продукция) | | |
| 1.1 | Комплексная программа физического воспитания (Лях,2014.М:Просвещение) | Д |  |
| 1.2 | Рабочая программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» | Д |  |
| 2. | Учебно-практическое оборудование | | |
| 2.1 | Плоскостное спортивное сооружение, включающее футбольное поле (S 2388 кв.м) | Д |  |
| 2.2 | Спортивный зал (24х12 м) | Д |  |
| 2.3 | Мостик гимнастический подкидной | Г |  |
| 2.4 | Скамейка гимнастическая | Г |  |
| 2.5 | Маты гимнастические | Г |  |
| 2.6 | Мяч набивной (1 кг, 2кг) | Г |  |
| 2.7 | Скакалка гимнастическая | К |  |
| 2.8 | Щиты баскетбольные | Д |  |
| 2.9 | Сетка волейбольная | Д |  |
| 2.10 | Мячи баскетбольные | К |  |
| 2.11 | Мячи волейбольные | К |  |
| 2.12 | Мячи футбольные | Г |  |
| 2.13 | Аптечка медицинская | Д |  |

Примечание. Условные обозначения: Д- демонстрационный экземпляр, К – комплект (из расчета на каждого учащегося), Г – комплект для практической работы в группах. Количество учебного оборудования приводится в расчете на один спортивный зал.

## Лист внесения изменений

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Дата проведе  ниязанятия планируемая | Дата проведения занятия фактическая | Тема занятия | Основание для внесения изменений в программу (номер, дата приказа, причина) |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

## Контроль выполнения программы

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Объекты контроля** | **Класс** | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Запланировано занятий** | | | | | | | |
| 1 четверть |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 четверть |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 четверть |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 четверть |  |  |  |  |  |  |  |
| год |  |  |  |  |  |  |  |
| **Проведено занятий** | | | | | | | |
| 1 четверть |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 четверть |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 четверть |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 четверть |  |  |  |  |  |  |  |
| год |  |  |  |  |  |  |  |
| **Запланировано тем (разделов)** | | | | | | | |
| 1 четверть |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 четверть |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 четверть |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 четверть |  |  |  |  |  |  |  |
| год |  |  |  |  |  |  |  |
| **Выдано тем (разделов)** | | | | | | | |
| 1 четверть |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 четверть |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 четверть |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 четверть |  |  |  |  |  |  |  |
| год |  |  |  |  |  |  |  |
| \***Причина невыполнения** |  |  |  |  |  |  |  |