

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Санаторно-лесная школа имени В.И. Шарова»

Принята на заседании педагогического совета  
Протокол № 5 от «19» марта 2024г.

Утверждаю  
Директор Н.В. Гагарина  
«19» марта 2024г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа**  
**«Спортивные игры»**  
(физкультурно-спортивное направление)  
Возраст обучающихся: 7-17 лет  
Срок реализации: 2 недели

Автор-составитель:  
Малафеева А.М.

г. Ярославль  
2024

**Паспорт дополнительной общеобразовательной программы  
«Спортивные игры»**

|   |   |
|---|---|
| Полное название программы                 | Спортивные игры   |
| Возраст обучающихся                       | 7-17лет   |
| Направленность программы                  | Физкультурно-спортивная   |
| Год разработки программы                  | 2024  |
| Цель                                      | Создание условий для укрепления здоровья детей посредством совершенствования спортивного навыка игры  |
| Задачи                                    | <p><b>Обучающие:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Развивать специальные физические способности.</li> <li>- Углублять и дополнять знания, умения и навыки по спортивным играм.</li> </ul> <p><b>Развивающие:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Вовлечь обучающихся в активную двигательную деятельность.</li> <li>- Развивать специальные физические способности.</li> <li>- Расширить спортивный кругозор обучающихся.</li> <li>- Способствовать разностороннему физическому развитию обучающихся, укреплять здоровье.</li> </ul> <p><b>Воспитательные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом.</li> <li>- Воспитывать волю, смелость, настойчивость, дисциплинированность.</li> <li>- Пропагандировать здоровый образ жизни.</li> </ul> |
| Планируемые результаты освоения программы | <p><b>Предметные результаты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технически правильно осуществлять двигательные действия избранных видов спорта, использовать их в условиях соревнований;</li> <li>- уметь проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей;</li> <li>- знать правила соревнований по</li> </ul>   |

|                           |   |
|---------------------------|---|
|                           | <p>спортивным играм.</p> <p>- уметь пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий спортивными играми.</p> <p><b>Метапредметные результаты:</b></p> <p>-владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из спортивных игр, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной деятельности.</p> <p><b>Личностные результаты:</b></p> <p>- накопить необходимые знания и умения в использовании ценностей физической культуры и спортивных игр в частности в достижении личносно значимых результатов в физическом совершенстве.</p> |
| Срок реализации программы | 2 недели  |
| Количество часов          | 12  |
| Формы занятий             | Учебно-тренировочное, занятие-соревнование, занятие-игра.   |
| Методическое обеспечение  | <p>Учебно-методическое обеспечение:</p> <p>Дидактическое обеспечение:</p> <p>- дидактические материалы схемы и плакаты<br/>Правила соревнований по видам спорта.<br/>Разработки общеразвивающих упражнений и подвижных игр. Методические рекомендации по организации работы с картотекой упражнений. Инструкции по охране труда, рекомендации по организации безопасного проведения подвижных игр, соревнований по видам спорта.</p>  |

**Пояснительная записка.**

Дополнительная общеобразовательная программа «Спортивные игры» составлена в соответствии с:

- Федеральным законом № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Постановлением от 04.07.2014г. № 41 «Об утверждении СанПин 2.2.4.3172-14 (Санитарноэпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей).

При разработке программы учтены Примерные требования к программе дополнительного образования детей (Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 №06-1844).

Программа составлена с учётом индивидуальных способностей обучающихся и направлена на повышение двигательной активности с использованием тренировочных и соревновательных форм проведения занятий на основе спортивных игр.

Программа имеет **физкультурно-спортивную направленность**.

**Новизна и отличительная особенность** данной программы состоит, что в условиях сельской местности программа обеспечивает строгую последовательность и непрерывность всего процесса становления спортивного мастерства в нескольких видах спортивных игр, преемственность в решении задач укрепления здоровья, гармоничного развития всех органов и систем организма, воспитания интереса к занятиям спортом, обеспечения общей и специальной подготовки занимающихся, развитие физических качеств.

**Актуальность программы** определяется тем, что спортивные игры, состязания, характеризуются универсальностью, комплексностью своего воздействия - они развивают жизненно важные двигательные способности, укрепляют здоровье.

**Педагогическая целесообразность** программы заключается в том, что занятия позволят обучающимся восполнить недостаток навыков и овладеть необходимыми приемами игры. Отличительной особенностью данной программы является упор на обучение и совершенствование технических приемов и тактических действий, развитие физических способностей, позволяющих достигнуть более высокого результата.

**Цель:** Создание условий для укрепления здоровья обучающихся посредством совершенствования спортивного навыка игры.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- Развивать специальные физические способности.
- Углублять и дополнять знания, умения и навыки по спортивным играм.

**Развивающие:**

- Вовлечь обучающихся в активную двигательную деятельность.

- Развивать специальные физические способности.
- Расширить спортивный кругозор обучающихся.
- Способствовать разностороннему физическому развитию обучающихся, укреплять здоровье.

**Воспитательные:**

- Прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом.
- Воспитывать волю, смелость, настойчивость, дисциплинированность.
- Пропагандировать здоровый образ жизни.

**Формы обучения:** Основная форма организации занятия – групповая.

Формы учебного занятия: учебно-тренировочные занятия, индивидуальные занятия.

**Методы обучения:**

Словесные - рассказ, объяснение.

Наглядные – показ, демонстрация.

Практические методы - выполнение техники спортивных игр.

**Организационно-педагогические условия**

**Целевая группа:** возраст детей, участвующих в реализации программы - 7-17 лет.

**Объем программы:** 12 часов.

– «Мяч в корзине» (12 часов).

**Режим занятий.** Занятия проводятся согласно утвержденному расписанию.

**Планируемые результаты.**

**Предметные результаты:**

- технически правильно осуществлять двигательные действия избранных видов спорта, использовать их в условиях соревнований;
- уметь проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей;
- знать правила соревнований по спортивным играм.
- уметь пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий спортивными играми.

**Метапредметные результаты:**

- владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из спортивных игр, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной деятельности.

**Личностные результаты:**

- накопить необходимые знания и умения в использовании ценностей физической культуры и спортивных игр в частности в достижении личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

## Формы проведения аттестации

1 модуль: Соревнования.

2 модуль: Соревнования.

## Учебно-тематический план

| №  | Название раздела   | Количество часов |          |       |
|----|--|------------------|----------|-------|
|    |  | теория           | практика | всего |
| 1. | <b>Вводное занятие.</b> Техника безопасности на занятиях по спортивным играм. Правила поведения в спортивном зале. | 1                | -        | 1     |
| 2. | <b>Общая физическая подготовка</b>   |                  | 2        | 2     |
| 3. | Сущность игр и история развития в мире, России.  | 2                |          | 2     |
| 4. | <b>Техника игры.</b>   |                  | 1        | 1     |
| 5. | <b>Тактика игры.</b>   |                  | 2        | 2     |
| 6. | <b>Учебная игра.</b>   |                  | 3        | 3     |
| 7. | <b>Итоговое занятие.</b>   |                  | 1        | 1     |
|    | <b>Итого</b>   | 3                | 9        | 12    |

## Содержание программы

1. **Вводное занятие.** Техника безопасности на занятиях по спортивным играм. Правила поведения в спортивном зале.
2. **Общая физическая подготовка.** Общеразвивающие упражнения: на месте без предметов, в движении без предметов, с набивными мячами, с волейбольными мячами, в парах. Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приёмов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой) быстроты перехода от одних действий к другим. Эстафеты. Подвижные игры.
3. Сущность игры и история развития в мире, России. Специальная физическая подготовка.
4. **Техника игры.** Значение технической подготовки. Стойки игрока. Приёмы и передачи мяча (двумя руками снизу, двумя руками сверху). Подачи снизу. Прямые нападающие удары. Защитные действия (блоки, страховки).
5. **Тактика игры.** Правила игры. Значение тактической подготовки. Тактика

подач. Тактика передач.

## 6. Итоговое занятие.

### Методическое обеспечение образовательной программы.

1. Программа основана на использовании общепедагогических (дидактических) принципов обучения: сознательности и активности занимающихся, наглядности, систематичности, доступности; основными принципами специальной физической подготовки являются: сбалансированное развитие физических качеств, сопряженность, опережающее развитие физических качеств по отношению к технической подготовке.

2. Для стимулирования деятельности обучающихся используются активные методы обучения, воспитания и контроля. Все разделы программы объединяет игровой и соревновательный методы проведения занятий. Данные методы придают образовательному процессу привлекательную форму, облегчают процесс запоминания и освоение материала, повышают эмоциональный фон занятий.

3. Технические приемы с мячами выполняются после освоения техники данного технического приема. При обучении тактическим и техническим действиям используются методы подводящих упражнений, метод расчлененного разучивания, метод целостного упражнения.

4. Обучение техническим и тактическим элементам осуществляется на занятиях и вне занятий, при индивидуальной работе над движениями, чтобы помочь каждому ребенку. При этом необходимо учитывать возраст ребенка, его физиологические особенности, состояние опорно-двигательного аппарата и физическую подготовленность.

5. Принцип доступности позволяет ребенку принимать участие в различных видах деятельности, ему более интересной: в соревнованиях, товарищеских встречах, организации соревновательной деятельности, судействе, контрольных играх.

Для повышения интереса обучающихся более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у обучающихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели педагог использует: объяснение, рассказ, команды, указания.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у обучающихся конкретные представления об изученных действиях.

Практические методы: метод упражнений, игровой, соревновательный, круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами: в целом, по частям.

Игровой и соревновательный метод применяются после того, как у обучающихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах. Упражнения подбираются с учётом технических и физических способностей обучающихся.

### **Список используемой литературы.**

1. Железняк Ю.Д., Портнова Ю.М.: Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения. М.: Академия, 2008.
2. Приложение к газете «Первое сентября» - «Спорт в школе» №10, май 2013 г.
3. Приложение к газете «Первое сентября» - «Спорт в школе» №17, сентябрь 2013г.
4. Приложение к газете «Первое сентября» - «Спорт в школе» №11, июнь 2013 г.