

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Шелепинская средняя общеобразовательная школа № 27»  
301355 Россия, Тульская область Алексинский район, д.Б. Шелепино, ул. Новая, д.12,  
тел.: (48753) 74-4-24 e-mail: aleksin.sosh27@tularegion.org

Принята  
на заседании  
педагогического Совета  
Протокол п/с № 13  
от 30.08.2023 г.

Согласовано  
Зам. директора по ВР  
 И. С. Белова  
«30» 08 2023 г.

Утверждаю  
Директор МБОУ  
«Шелепинская СОШ №27»  
В.А.Лузгин  
Приказ №81 от 30.08.2023г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА  
«Спортивные игры»**

**Направленность:** спортивно-оздоровительная  
**Класс :** 6-9  
**Возраст учащихся:**12-14лет  
**Срок реализации:**1 год  
**Количество часов:** 34

**Автор-составитель:**  
Мазилова Екатерина Михайловна,  
педагог дополнительного образования

## **Раздел 1. «Пояснительная записка»**

Программа «Спортивные игры» разработана на основе авторской программы В.И.Ляха «Физическая культура» 5-8 классы – М.: «Просвещение», 2012 год. Разделы и темы выбраны с учётом имеющейся материальной базы и местных климатических условий. Программа секции рассчитана на учащихся 11-14 лет.

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от обучающихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

У многих учеников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

В связи с этим обязательная оздоровительная направленность коррекционно-развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации школьников к новому режиму. Игра способна в значительной степени обогатить и

закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии и/или продолжают существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учеников, владеет рациональной технологией «встраивания» разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности обучающегося и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

**Направление программы** – спортивно-оздоровительное.

**Актуальность программы:** Предлагаемая программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры. В основу планирования положены знания, базирующиеся на научных экспериментах, выполненных в различных отраслях науки, таких как педагогика, физиология, психология, спортивная медицина, опыт ряда педагогов по физической культуре, работающих по ФГОС. Программа составлена с учетом особенности работы образовательного учреждения и имеет оздоровительное, спортивное и общеразвивающее значение. Поэтому данная программа является программой внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительном направлении. Игра – исключительно ценный способ вовлечения школьников в двигательную деятельность. Подвижные и спортивные игры на занятиях используются для решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач. В играх, в отличие от других форм занятий, главное внимание обращается на оздоровительную сторону, воспитание физических качеств, стремление подростков организовывать свою деятельность, основываясь на четких и жестких правилах спортивных игр, которые дают возможность каждому обучающемуся развивать свои личностные качества, необходимые как в любых видах спортивно-оздоровительной деятельности, так и в обычной жизни.

**Цель программы:** развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателей физической подготовленности, формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях.

**Задачи программы** направлены на:

- развитие у обучающихся положительной мотивации к занятиям физической культурой и спортом.
- Развитие навыков двигательной активности как составляющей здорового образа жизни и функциональной грамотности через заботу о собственном здоровье и развитии личности.
- Повышение уровня качества знаний по вопросам здоровья и его сохранения.
- Формирование волевых качеств, как основы получения образования.
- Формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях.
- Обобщение и углубление знаний об истории, культуре игр, желание применять игры самостоятельно и в повседневной жизни.
- Воспитательный результат достигается по *двум уровням* взаимодействия – связь ученика со своим учителем и взаимодействие школьников между собой на уровне группы секции.

**Сроки реализации программы:** 1 год. Занятия проводятся 1 раз в неделю в течение года. Всего – 34 ч.

Основной **формой** проведения внеурочной деятельности является –**групповая**

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него. Роль игры в организации досуга занимает важное место в жизни ребёнка, и поэтому рассматривается педагогами как одно из главных средств воспитания.

**Виды деятельности:** занятия физической культуры (классические, интегрированные, комбинированные и смешанные), практические занятия, самостоятельная работа учащихся с литературой, выпуск буклетов, плакатов.

Планируемые результаты.

Личностные результаты:

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной видов деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.
- установка на безопасный здоровый образ жизни

Метапредметные результаты.

Регулятивные УУД:

- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать этапы решения задачи, определять последовательность учебных действий в соответствии с поставленной задачей;
- осуществлять пошаговый и итоговый контроль по результату под руководством учителя;
- анализировать ошибки и определять пути их преодоления; различать способы и результат действия; --адекватно воспринимать оценку сверстников и учителя;
- прогнозировать результаты своих действий на основе анализа учебной ситуации; проявлять познавательную инициативу и самостоятельность;
- самостоятельно адекватно оценивать правильность и выполнения действия и вносить необходимые коррективы и по ходу решения учебной задачи.

Познавательные УУД:

- анализировать информацию, выбирать рациональный способ решения задачи;
- формулировать проблему;
- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;
- различать обоснованные и необоснованные суждения;
- преобразовывать практическую задачу в познавательную;

Коммуникативные УУД:

- принимать участие в совместной работе коллектива;
  - координировать свои действия с действиями партнеров;
  - корректно высказывать свое мнение, обосновывать свою позицию;
  - задавать вопросы для организации собственной и совместной деятельности;
  - осуществлять взаимный контроль совместных действий принимать самостоятельно решения;
  - содействовать разрешению конфликтов, учитывая позиции участников
- Предметные результаты:

- обобщать, делать несложные выводы;
- давать определения тем или иным понятиям;
- выявлять закономерности и проводить аналогии;

- создавать условия, способствующие наиболее полной реализации потенциальных познавательных возможностей всех детей в целом и каждого ребенка в отдельности, принимая во внимание особенности их развития.
- осуществлять принцип индивидуального и дифференцированного подхода в обучении учащихся с разными образовательными возможностями.

Результаты деятельности являются частью результатов освоения основной общеобразовательной программы в соответствии с требованиями ФГОС.

К концу года учащийся овладеет

- Основами спортивной терминологии по спортивным играм,
- Технику безопасности, применяемую в базовых видах спорта;
- Правилам судейства соревнований в изучаемых видах спорта
- Историей возникновения Олимпийских игр;
- Правилами здорового образа жизни;
- Техникой и тактикой командных действий;
- Техникой приёма, передачи, подачи мяча в волейболе;
- Техникой ловли-передачи, ведения, бросков мяча в баскетболе;
- Техникой бега на короткие дистанции в лёгкой атлетике;
- Техникой кувырков, прыжков, стоек в гимнастике;
- Навыками оказания первой медицинской помощи при травмах;

Формами подведения итогов освоения программы являются:

- создание буклетов, плакатов;
- участие в «Дне здоровья».

## Раздел 2. «Содержание программы»

### «Учебный (тематический) план»

№ п/п	Наименование раздела/темы	Количество часов			Форма аттестационного контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Инструктаж по технике безопасности. Основы знаний спортивной игр.	1	1		Опрос.
2	<b>Волейбол.</b> Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки.		1		Техника выполнения.
3	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками.		1		Техника выполнения
4	Передача на точность. Встречная передача		1		Техника выполнения
5	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.		1		Техника выполнения
6	Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование.		1		Техника выполнения
7	Групповые действия игроков. Взаимодействие игроков передней линии при приеме от подачи		1		Техника выполнения
8	Командные действия. Прием подач. Расположение игроков при приеме.		1		Техника выполнения
9	Групповые действия игроков		1		Техника выполнения
10	Контрольные игры и соревнования		1		Техника выполнения
11	<b>Гандбол.</b> Ручной мяч. Основные правила игры	1			Техника выполнения
12	Спортивная одежда и обувь. Техника игры в нападении и защите		1		Техника выполнения
13	Стойки и перемещения, остановки. Ловля и передача мяча двумя руками на месте и в движении.		1		Техника выполнения
14	Ведение мяча и бросок. Отбор и выбивание мяча. Блокирование броска.		1		Техника выполнения

15	Игра вратаря. Подготовка к соревнованиям.	1	Техника выполнения
16	<b>Русская лапта.</b> Предупреждение травматизма и оказание первой помощи при обучении детей игре «Русская лапта». Основы техники игры. Техническая подготовка игроков в лапту: стойка игрока, техника ударов битой по мячу, перебежки.	1	Техника выполнения
17	Ловля мяча и передача в парах. Выбор биты. Удары битой по мячу сверху.	1	Техника выполнения
18	Ловля и передача мяча, осаливание. Двусторонняя игра. Передача, удары битой сверху, метание в цель.	1	Техника выполнения
19	Комплексные упражнения, комбинации. Закрепление навыков игры и знакомство с основными правилами	1	Техника выполнения
20	Командные игры и соревнования	1	Техника выполнения
21	Баскетбол. Основы техники и тактики. Техника нападения. Техника передвижения.	1	Техника выполнения
22	Техника владения мячом.	1	Техника выполнения
23	Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трехочковой линии.	1	Техника выполнения
24	Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости ведения.	1	Техника выполнения
25	Ловля мяча двумя руками с низкого отскока, одной рукой на уровне груди.	1	Техника выполнения
26	Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.	1	Техника выполнения
27	Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока.	1	Техника выполнения

28	Взаимодействие игроков с заслонами.	1	Техника выполнения
29	Групповые действия.	1	Техника выполнения
30	Футбол. Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой	1	Техника выполнения
31	Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения.	1	Техника выполнения
32	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.	1	Техника выполнения
33	Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	1	Техника выполнения
34	Тактика защиты. Индивидуальные действия.	1	Техника выполнения
	<b>ИТОГО</b>		34

### «Содержание учебного (тематического) плана»

**Раздел 1** Инструктаж по технике безопасности. Основы знаний спортивной игр.

**Раздел 2** Волейбол.

2.1 Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки.

2.2 Действия с мячом. Передача мяча двумя руками.

2.3 Передача на точность. Встречная передача

2.4 Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.

2.5 Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками.

Блокирование.

2.6 Групповые действия игроков. Взаимодействие игроков передней линии при приеме от подачи

2.7 Командные действия. Прием подач. Расположение игроков при приеме.

2.8 Групповые действия игроков

2.9 Контрольные игры и соревнования

**Раздел 3** Гандбол. Ручной мяч. Основные правила игры

3.1 Спортивная одежда и обувь. Техника игры в нападении и защите

3.2 Стойки и перемещения, остановки. Ловля и передача мяча двумя руками на месте и

в движении.

3.3 Ведение мяча и бросок. Отбор и выбивание мяча. Блокирование броска.

3.4 Игра вратаря. Подготовка к соревнованиям.

**Раздел 4** Русская лапта. Предупреждение травматизма и оказание первой помощи при обучении детей игре «Русская лапта». Основы техники игры. Техническая подготовка игроков в лапту: стойка игрока, техника ударов битой по мячу, перебежки.

4.1 Ловля мяча и передача в парах. Выбор биты. Удары битой по мячу сверху.

4.2 Ловля и передача мяча, осаливание. Двусторонняя игра. Передача, удары битой сверху, метание в цель.

4.3 Комплексные упражнения, комбинации. Закрепление навыков игры и знакомство с основными правилами

4.4 Командные игры и соревнования

**Раздел 5** Баскетбол. Основы техники и тактики. Техника нападения. Техника передвижения.

5.1 Техника владения мячом.

5.2 Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трехочковой линии.

5.3 Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости ведения.

5.4 Ловля мяча двумя руками с низкого отскока, одной рукой на уровне груди.

5.5 Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.

5.6 Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока.

5.7 Взаимодействие игроков с заслонами.

5.8 Групповые действия.

**Раздел 6** Футбол. Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой

6.1 Остановка мяча. Введение мяча. Обманные движения.

6.2 Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.

6.3 Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.

6.4 Тактика защиты. Индивидуальные действия.

### **Раздел 3. «Формы аттестации и оценочные материалы»**

#### **Планируемые результаты**

##### **Личностные результаты:**

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной видов деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.
- установка на безопасный здоровый образ жизни

##### **Метапредметные результаты.**

##### **Регулятивные УУД:**

- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать этапы решения задачи, определять последовательность учебных действий в соответствии с поставленной задачей;
- осуществлять пошаговый и итоговый контроль по результату под руководством учителя;
- анализировать ошибки и определять пути их преодоления; различать способы и результат действия; --адекватно воспринимать оценку сверстников и учителя;
- прогнозировать результаты своих действий на основе анализа учебной ситуации; проявлять познавательную инициативу и самостоятельность;
- самостоятельно адекватно оценивать правильность и выполнения действия и вносить необходимые коррективы и по ходу решения учебной задачи.

##### **Познавательные УУД:**

- анализировать информацию, выбирать рациональный способ решения задачи;
- формулировать проблему;
- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;
- различать обоснованные и необоснованные суждения;
- преобразовывать практическую задачу в познавательную;

##### **Коммуникативные УУД:**

- принимать участие в совместной работе коллектива;

- координировать свои действия с действиями партнеров;
- корректно высказывать свое мнение, обосновывать свою позицию;
- задавать вопросы для организации собственной и совместной деятельности;
- осуществлять взаимный контроль совместных действий принимать самостоятельно решения;
- содействовать разрешению конфликтов, учитывая позиции участников

### **Предметные результаты:**

- обобщать, делать несложные выводы;
- давать определения тем или иным понятиям;
- выявлять закономерности и проводить аналогии;
- создавать условия, способствующие наиболее полной реализации потенциальных познавательных возможностей всех детей в целом и каждого ребенка в отдельности, принимая во внимание особенности их развития.
- осуществлять *принцип индивидуального и дифференцированного подхода в обучении учащихся* с разными образовательными возможностями.

**Результаты деятельности** являются частью результатов освоения основной общеобразовательной программы в соответствии с требованиями ФГОС.

К концу года учащийся овладеет

- Основами спортивной терминологии по спортивным играм, лёгкой атлетике.
- Технику безопасности, применяемую в базовых видах спорта;
- Правилам судейства соревнований в изучаемых видах спорта
- Историей возникновения Олимпийских игр;
- Правилами здорового образа жизни;
- Техникой и тактикой командных действий;
- Техникой приёма, передачи, подачи мяча в волейболе;
- Техникой ловли-передачи, ведения, бросков мяча в баскетболе;
- Техникой бега на короткие дистанции в лёгкой атлетике;
- Навыками оказания первой медицинской помощи при травмах;

**Формами подведения итогов** освоения программы внеурочной деятельности являются:

- создание буклетов, плакатов;
- участие в «Дне здоровья».

## **Раздел 4. «Организационно-педагогические условия реализации программы»**

### **Материально-техническое обеспечение**

секундомер

свисток

футбольные мячи,

баскетбольные мячи,

волейбольные мячи,

набивные мячи.

сетка волейбольная.

стойки волейбольные

гимнастическая стенка

гимнастические скамейки

гимнастические маты

скакалки

**«Приложения к программе»  
Календарный учебный план**

№	Наименование раздела, темы занятий	Дата проведения	Количество часов	Форма занятия	Форма контроля	Использование ЭОР и ЦОР
1	Инструктаж по технике безопасности. Основы знаний спортивной игр.	04.09.2022	1	Беседа	Практическая игра	<a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
2	<b>Волейбол.</b> Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки.	11.09.2022	1	Практика	Практическая игра	
3	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками.	18.09.2022	1	Практика	Практическая игра	
4	Передача на точность. Встречная передача	25.09.2022	1	Практика	Практическая игра	
5	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.	02.10.2022	1	Практика	Практическая игра	
6	Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование.	09.10.2022	1	Практика	Практическая игра	
7	Групповые действия игроков. Взаимодействие игроков передней линии при приеме от подачи	16.10.2022	1	Практика	Практическая игра	
8	Командные действия. Прием подач. Расположение игроков при приеме.	23.10.2022	1	Практика	Практическая игра	
9	Групповые действия игроков	06.11.2022	1	Практика	Практическая игра	
10	Контрольные игры и соревнования	13.11.2022	1	Практика	Практическая игра	
11	<b>Гандбол.</b> Ручной мяч. Основные правила игры	20.11.2022	1	Беседа Практика	Практическая игра	<a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
12	Спортивная одежда и обувь. Техника игры в нападении и защите	27.11.2022	1	Практика	Практическая игра	
13	Стойки и	04.12.2022	1	Практика	Практическая	

	перемещения, остановки. Ловля и передача мяча двумя руками на месте и в движении.				игра	
14	Ведение мяча и бросок. Отбор и выбивание мяча. Блокирование броска.	11.12.2022	1	Практика	Практическая игра	
15	Игра вратаря. Подготовка к соревнованиям.	18.12.2022	1	Практика	Практическая игра	
16	<b>Русская лапта.</b> Предупреждение травматизма и оказание первой помощи при обучении детей игре «Русская лапта». Основы техники игры. Техническая подготовка игроков в лапту: стойка игрока, техника ударов битой по мячу, перебежки.	25.12.2022	1	Беседа. Практика	Практическая игра	<a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
17	Ловля мяча и передача в парах. Выбор биты. Удары битой по мячу сверху.	15.01.2022	1	Практика	Практическая игра	
18	Ловля и передача мяча, осаливание. Двусторонняя игра. Передача, удары битой сверху, метание в цель.	22.01.2022	1	Практика	Практическая игра	
19	Комплексные упражнения, комбинации. Закрепление навыков игры и знакомство с основными правилами	29.01.2022	1	Практика	Практическая игра	
20	Командные игры и соревнования	05.02.2022	1	Практика	Практическая игра	
21	Баскетбол. Основы техники и тактики. Техника нападения. Техника передвижения.	12.02.2022	1	Беседа. Практика	Практическая игра	<a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
22	Техника владения мячом.	19.02.2022	1	Практика	Практическая игра	
23	Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трехочковой линии.	26.02.2022	1	Практика	Практическая игра	
24	Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости ведения.	05.03.2022	1	Практика	Практическая игра	
25	Ловля мяча двумя	12.03.2022	1	Практика	Практическая	

	руками с низкого отскока, одной рукой на уровне груди.				игра	
26	Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.	19.03.2022	1	Практика	Практическая игра	
27	Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока.	02.04.2022	1	Практика	Практическая игра	
28	Взаимодействие игроков с заслонами.	09.04.2022	1	Практика	Практическая игра	
29	Групповые действия.	16.04.2022	1	Практика	Практическая игра	
30	Футбол. Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой	23.04.2022	1	Практика	Практическая игра	
31	Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения.	30.04.2022	1	Практика	Практическая игра	
32	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.	07.05.2022	1	Практика	Практическая игра	
33	Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	14.05.2022	1	Практика	Практическая игра	
34	Тактика защиты. Индивидуальные действия.	21.05.2022	1	Практика	Практическая игра	

### Список литературы:

1. «Обучение технике игры в баскетбол» В.А. Ермаков, методические рекомендации, Тула 1992 г.
2. Официальные правила игры в баскетбол.
3. Баскетбол под редакцией Ю.М. Портнова, Москва, Физкультура и спорт, 1988 г.
4. Урок физкультуры в современной школе – Москва: Физкультура и спорт 2002г
5. Спортивные игры. Учебник для студентов. №2114 «Физ. Воспитание» В.Д. Ковалева – Москва: Просвещение, 1988г
6. Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. Волейбол - Москва: Физкультура и спорт, 1983г
7. Официальные правила игры в волейбол.

### Интернет-ресурсы

1. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. – Режим доступа : <http://standart.edu.ru/catalog.aspx?CatalogId=2588>
2. Григорьев, Д. В. Методический конструктор внеурочной деятельности школьников / Д. В. Григорьев, П. В. Степанов. – Режим доступа : <http://www.tiuu.ru/content/pages/228.htm>