

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
Большеволковская средняя общеобразовательная школа

Рассмотрено  
На педагогическом совете  
Протокол № 7  
от «26» июня 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом директора № 89-ОД  
от «27» июня 2024 г.  
\_\_\_\_\_ В.И. Матвеева

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»

Возраст учащихся: 8-12 лет

Срок реализации: 1 год

Разработчик: Яманов Николай  
Анатольевич  
Должность: педагог дополнительного  
образования

## **Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

### **1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «баскетбол». Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами системы дополнительного образования:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федерального закона от 13 июля 2020 № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере»;

- Федерального закона от 31 июля 2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

- Федерального закона от 30 декабря 2021 № 472-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации";

- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р, Москва);

- Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ (утвержден Приказом Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 года № 816);

- Уставом МОУ Большеволковская СОШ;

- Положением о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МОУ Большеволковская СОШ.

**Направленность:** физкультурно-спортивная.

**Уровень программы:** базовый

**Актуальность программы:** заключается в том что, она ориентирована, прежде всего, на реализацию двигательной потребности ребенка с учетом его конституционных особенностей и физических возможностей.

В основу концепции программы легло знание о том, что все дети любят играть. Играя, они лучше осваивают различного рода физические, а в определенной мере и нравственные навыки. Играя в различные спортивные игры, в частности - в волейбол, баскетбол, футбол - они учатся жить.

Когда дети осваивают сначала элементарные, а затем и более сложные навыки спортивных игр, выполняют различные приемы, у них лучше создается представление о движении. Повышенный интерес школьников к занятиям по физической культуре через реализацию мгновенно меняющихся игровых ситуаций и в процессе тренировочных упражнений, и в процессе игры создает благоприятный психоэмоциональный фон для изучения требуемого двигательного действия.

#### **отличительные особенности программы**

1. Программа дополнена с учётом интересов детей к тем видам спорта, которые пользуются популярностью в повседневной жизни.
2. Программа включает большое количество спортивных игр, что позволяет большую часть занятий проводить на улице.
3. В программе представлены доступные для обучающихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики спортивных и спортивных игр, а также развитию физических способностей.
4. Занятия по программе «Спортивные игры» дают возможность во внеурочное время углубленно заниматься видами спорта, которые учащиеся осваивают в ограниченном по времени уроке физической культуры.

**Новизна:** Новизна данной программы состоит в том, что игры, проводимые на занятиях, подобраны с учетом последовательности и постепенности увеличения физических нагрузок и преемственностью к урокам физической культуры.

#### **Педагогическая целесообразность**

- ориентирована на приобщение обучающихся к физической культуре и спорту;
- позволяет применять полученные знания и умения в повседневной деятельности;

- способствует улучшению образовательного результата;
- способствует созданию индивидуального творческого продукта.

**Адресат программы (краткая характеристика целевых групп):** дети 8-12 лет, количество учащихся в группе – 12 человек.

**преемственность программы:** определяет последовательность изложения программного материала по этапам обучения и соответствия его требованиям высшего мастерства, чтобы обеспечить в многолетнем учебно-тренировочном процессе преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей уровня физической и технико-тактической подготовленности.

**Объём программы:** 36 часов

**Срок освоения программы:** 1 год

**Формы обучения:** очная

**режим занятий:** 1 раз в неделю по 45 минут.

## Цель и задачи программы

**Цель программы** - укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию детей, воспитание осознанной необходимости заниматься спортом.

### **Задачи программы:**

#### **Обучающие:**

- формирование и совершенствование у школьников двигательных умений и навыков, обучение новым видам движений и двигательным действиям;
- формирование правильного отношения к физкультурным занятиям, мероприятиям;
- формирование у детей жизненно важных двигательных навыков и умений, способствующих укреплению здоровья;
- формирование навыков правильной осанки при статических положениях и передвижениях.

#### **Развивающие:**

- развитие основных двигательных качеств (силы, быстроты, ловкости, выносливости) в соответствии с возрастом;
- развитие силы, уравновешенности, подвижности нервной системы.
- развитие способностей:
  - а) координационные (умения рационально выполнять движения и двигательные действия);
  - б) скоростные (развитие способности выполнять двигательные действия в максимальном темпе за максимальный промежуток времени; проявление решительности и уверенности в действиях);
  - в) силовые (умения преодолевать физические трудности; воспитывать силу воли, настойчивость в достижении поставленной цели);
  - г) выносливости (проявление волевых качеств: целеустремленности, выдержки, развитие способности выполнять физические упражнения без снижения их интенсивности);
  - д) гибкости (развитие подвижности в суставах).

#### **Воспитательные:**

- способствовать проявлению смелости, настойчивости, решительности, уверенности в своих силах с помощью подбора физических упражнений, соответствующие возрастным и индивидуальным особенностям детей;

- воспитывать дисциплинированность, чувство коллективизма, чувство дружбы и товарищества;

-обеспечивать социальное формирование личности ребенка, развитие его творческих сил и способностей;

-создавать условия для проявления положительных эмоций;

-воспитывать у школьников устойчивый интерес и привычку к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

## 2. Содержание программы

### Учебный план

Название (модуля)	раздела	Количество часов (занятий)		
		Всего	Теория	Практика
Мини-футбол		12	1	11
Баскетбол		10	1	9
Бадминтон		3	1	2
Волейбол		5	1	4
Русская лапта		5	1	4
Итоговое тестирование		1		1
<b>Всего</b>		<b>36</b>	<b>5</b>	<b>31</b>

## Содержание учебного плана

### **Мини-футбол:**

1. Основные правила игры в футбол
2. Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы.
3. Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы
4. Ведение мяча. Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема
5. Удар носком
6. Удар серединой лба на месте
7. Вбрасывание мяча из-за боковой линии
8. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом
9. Остановка катящегося мяча подошвой

### **Баскетбол:**

1. Теоретическая подготовка (Правила игры в баскетбол)
2. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.
3. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста
4. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста
5. Ловля и передача в парах двумя руками от груди стоя на месте, с шагом вперед, в движении.
6. Передача одной рукой от плеча, одной рукой с шагом вперед, после ведения.
7. Ловля мяча после отскока, высоко летящего мяча, катящегося мяча, стоя на месте в движении
8. Бросок мяча одной рукой в щит с места.
9. Бросок мяча двумя руками от груди в баскетбольный щит с места.
10. Штрафной бросок

### **Бадминтон:**

1. Основные правила игры в бадминтон
2. Способы держания ракетки
3. Поддачи мяч

### **Волейбол:**

1. Основные правила игры в волейбол
2. Овладение техникой передвижения и стоек.

3. Овладение техникой приема и передач мяча
4. Овладение техникой подачи
5. Командные действия

***Русская лапта:***

1. Основные правила игры русская лапта
2. Формирование навыков ловли мяча одной и двумя руками в сочетании с выполнением передачи мяча
3. Удары по мячу способом сбоку, подброшенному партнером на высоту
4. Обучение индивидуальным тактическим действиям в защите

## **Планируемые результаты усвоения программы.**

### **Личностные результаты:**

- снижение заболеваемости;
- формировать физические качества;
- воспитывать культуру общения;
- воспитывать любовь и уважение к окружающим;
- сблизить и сплотить детский коллектив;
- развивать самооценку у младших школьников.

### **Метапредметные:**

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- самостоятельно оценивать правильность выполнения действий.

### **Предметные результаты:**

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять объективное судейство;
- соблюдать требования техники безопасности;
- применять жизненно важные двигательные умения и навыки различными способами, в различных условиях.

### **Предполагаемый результат деятельности:**

1. Повышение уровня физической подготовленности младших школьников.
2. Повышение уровня качества знаний по вопросам здоровья и его сохранения.
3. Снижение последствий умственной нагрузки.
4. Способствовать развитию коллективизма в детском коллективе.
5. Обучающиеся будут иметь сформированные элементы ИТ-компетенций.

### Календарный учебный график

№	Тема занятия	Количество часов	Дата проведения	
1	Основные правила игры в футбол	1	Сентябрь 1 неделя	
2	Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы.	1	Сентябрь 2 неделя	
3	Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1	Сентябрь 3 неделя	
4	Основные правила игры русская лапта	1	Сентябрь 4 неделя	
5	Формирование навыков ловли мяча одной и двумя руками в	1	Октябрь 1 неделя	
6	Ведение мяча. Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема	1	Октябрь 2 неделя	
7	Удар носком	1	Октябрь 3 неделя	
8	Удар серединой лба на месте	1	Октябрь 4 неделя	
9	Теоретическая подготовка (Правила игры в баскетбол)	1	Ноябрь 1 неделя	
10	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.	1	Ноябрь 2 неделя	
11	Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста	1	Ноябрь 3 неделя	

12	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста	1	Ноябрь 4 неделя	
13	Ловля и передача в парах двумя руками от груди стоя на месте, с шагом вперёд, в движении.	1	Декабрь 1 неделя	
14	Передача одной рукой от плеча, одной рукой с шагом вперёд, после ведения.	1	Декабрь 2 неделя	
15	Ловля мяча после отскока, высоко летящего мяча, катящегося мяча, стоя на месте в движении	1	Декабрь 3 неделя	
16	Бросок мяча одной рукой в щит с места	1	декабрь 4 неделя	
17	Бросок мяча двумя руками от груди в баскетбольный щит с места	1	Январь 1 неделя	
18	Штрафной бросок	1	Январь 2 неделя	
19	Основные правила игры в бадминтон	1	Январь 3 неделя	
20	Способы держания ракетки	1	Январь 4 неделя	
21	Подачи мяча	1	Февраль 1 неделя	
22	Основные правила игры в волейбол	1	Февраль 2 неделя	
23	Овладение техникой передвижения и стоек.	1	Февраль 3 неделя	

24	Овладение техникой приема и передач мяча	1	Февраль 4 неделя	
25	Овладение техникой подачи	1	Март 1 неделя	
26	Командные действия	1	Март 2 неделя	
27	Остановка катящегося мяча подошвой	1	Март 3 неделя	
28	Ведение мяча	1	Март 4 неделя	
29	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	1	Апрель 1 неделя	
30	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	1	Апрель 2 неделя	
31	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	1	Апрель 3 неделя	
32	удары в створ ворот	1	Апрель 4 неделя	
33	Удары по мячу способом сбоку, подброшенному партнером на высоту	1	Май 1 неделя	
34	Обучение индивидуальным тактическим действиям в защите	1	Май 2 неделя	
35	Формирование навыков ловли мяча одной и двумя руками в сочетании с выполнением передачи мяча	1	Май 3 неделя	
36	Итоговое тестирование	1	Май 4 неделя	

## Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение по программе дополнительного образования:

№	Средство обучения (допускается подробная характеристика)	Количество на группу	Степень использования (%)
1	Спортивный зал	1	87
2	Стенка гимнастическая	5	5
4	Скамейка гимнастическая	4	10
5	Канат для лазания	2	3
6	Коврик гимнастический	12	5
7	Гимнастические маты	12	5
8	Мяч теннисный	12	5
9	Мяч гимнастический	6	10
10	Мяч баскетбольный	12	15
11	Мяч мини - футбольный	12	
12	Скакалка гимнастическая	6	20
13	Палка гимнастическая	12	15
14	Сетка для игры в бадминтон	1	10
15	Устройство для установки сетки	1	4
16	Воланы	12	5
17	Биты	10	5
18	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой	4	10
19	Ворота футбольные	2	20
20	Сетка для переноса мячей	1	100
22	Секундомер	1	100
23	Свисток	1	100
24	Флажки	10	10

**Информационное обеспечение:**

Видеофильмы с записью выступлений выдающихся русских спортсменов, видеофильмы с записью о достижениях выдающихся спортсменов УР на всероссийских соревнованиях.

**Кадровое обеспечение:** педагог дополнительного имеющий необходимую педагогические и профильное образование, без предъявления требований к стажу и категории.

**Формы аттестации/контроля. Оценочные материалы**

<b>№ п\п</b>	<b>Тема мероприятия</b>	<b>Воспитательные задачи, решаемые в ходе мероприятия</b>	<b>Сроки проведения</b>	<b>Примечание</b>
1	Просмотр фильма о спорте	Воспитание у обучающихся чувства коллективизма	сентябрь	
2	Беседа о вреде вредных привычек	Воспитание у обучающихся соблюдения правил здорового образа жизни	ноябрь	
3	Проведение мероприятий в рамках месячника оборонно-массовой и военно-патриотической работы, беседа «я будущий солдат»	Воспитание патриотизма любви к Родине	февраль	
4	Беседа о достижении Удмуртских спортсменов на всероссийских соревнованиях	Воспитание у обучающихся чувства гордости и уважительного отношения к достижениям Российских баскетболистов	апрель	

## Календарный план воспитательной работы

**Цель:** воспитание потребности в здоровом образе жизни.

**Задачи:**

- воспитание положительных черт характера;
- воспитание чувства уверенности в себе;
- воспитывать патриотические чувства на основе традиций России;
- способствовать формированию у учащихся активной гражданской и социальной позиции, а также культуры здорового и безопасного образа жизни.

**Работа с родителями:** организация системы индивидуальной и коллективной работы с родителями (тематические беседы, собрания, индивидуальные консультации, совместные мероприятия).

№п\п	Тема мероприятия	Воспитательные задачи, решаемые в ходе мероприятия	Сроки проведения	Примечание
1	Просмотр фильма о спорте	Воспитание у обучающихся чувства коллективизма	сентябрь	
2	Беседа о вреде вредных привычек	Воспитание у обучающихся соблюдения правил здорового образа жизни	ноябрь	
3	Проведение мероприятий в рамках месячника оборонно-массовой и военно-патриотической работы совместно с родителями, беседа «я будущий солдат»	Воспитание патриотизма любви к Родине	февраль	
4	Беседа о достижении Удмуртских спортсменов на всероссийских соревнованиях	Воспитание у обучающихся чувства гордости и уважительного отношения к достижениям Российских баскетболистов	апрель	

## Список литературы

1. Качашкин В.М. Физическое воспитание в начальной школе. Пособие для учителей. перераб. М.: «Просвещение»,
- 2 Лях В.И. Физическая культура
- 3 Лях В.И. Рабочая программа по физической культуре.
- 4 Егоров Б.Б., Пересадына Ю.Е. Физическая культура. Учебник для начальной школы.
- 5 Матвеев А.П. Физическая культура.
- 6 Патрикеев А.Ю. Подвижные игры в спортзале. –