

Отдел образования, опеки и попечительства Администрации
Золотухинского района Курской области
«Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Солнечная средняя общеобразовательная школа»
Золотухинского района Курской области

Принята решением педагогического совета

Протокол № 8
от « 25 » июня 2024 года

Утверждаю

Директор МБОУ «Солнечная средняя обще-
образовательная школа» Золотухинского рай-



Л.И.Хальзева

Приказ № 46
от « 25 » июня 2024 года

**Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвива-
ющая программа**

физкультурно-спортивная

(направленность программы)

«Спортивные игры»

(наименование программы)

базовый

(уровень программы)

Возраст обучающихся: 7-17 лет

Срок реализации: 1 год.

Автор-составитель:

педагог дополнительного образования

Шахова Екатерина Юрьевна

п. Солнечный, 2024г.

Оглавление.

1. Комплекс основных характеристик программы	
1.1. Пояснительная записка	
- Нормативно-правовая база	
- Направленность программы	
- Актуальность программы	
- Отличительные особенности программы	
- Уровни программы, условия зачисления	
- Объем и срок освоения программы	
- Краткая характеристика возрастных особенностей учащихся	
- Форма организации образовательного процесса	
- Наполняемость учебных групп по годам обучения	
1.2. Базовый уровень программы	
- Цели и задачи программы	
- Учебный план 1-го года обучения	
- Содержание учебного плана 1-го года обучения	
1.3. Планируемые результаты	
- Предметные результаты	
- Компетентностные результаты	
- Личностные результаты	
- Оценка результатов обучения	
2. Комплекс организационно-педагогических условий	
2.1. Календарный учебный график	
2.2. Формы выявления и оценки образовательных результатов	
- Виды контроля	
- Формы отслеживания, фиксации, предъявления, демонстрации образовательных результатов	
- Формы промежуточной аттестации	
- Оценочные материалы	
- Методическое обеспечение	
- Методы обучения	
- Примерный алгоритм проведения учебного занятия	
- Типы учебного занятия	
- Дидактические материалы	
2.3. Условия реализации программы	
- Материально-технические условия	
- Кадровые условия	
- Информационные условия	
3. Воспитательная работа	
3.1. Рабочая программа воспитания	
- Цели и задачи воспитательной работы	
- Направления деятельности	
- Формы, методы, технологии	
- Основные принципы воспитательной работы	
- Планируемые результаты	
3.2. Календарный план воспитательной работы	
4. Список рекомендуемой литературы	
4.1. Для педагога	
4.2. Для обучающихся	

Пояснительная записка

Содержание общеобразовательной программы адаптировано к потребностям конкретного ребенка, проявившего выдающиеся способности, с ограниченными возможностями здоровья, находящегося в трудной жизненной ситуации и обучающегося, проживающего в сельской местности.

В процессе реализации программы создаются педагогические условия для оптимального развития высокомотивированных (одаренных) детей, включая детей, чья одаренность на настоящий момент может быть еще не проявилась, а также детей, в отношении которых есть серьезная надежда на дальнейший качественный скачок в развитии их способностей.

Выявление и развитие высокомотивированных (одаренных) детей осуществляется на основе итогов конкурсов, выставок и иных соревновательных мероприятий, достигнутых практических результатов в основных областях деятельности.

Реализация программы возможна в форме дистанционного обучения, с использованием современных информационных и телекоммуникационных технологий.

Нормативно—правовая база:

1. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ.
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 г.
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" (с изменениями и дополнениями).
4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 №09-3242).
5. О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 14.12.2015 № 09-3564).
6. Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей (Приложение к письму МИНОБРНАУКИ РОССИИ от 29.03.2016 № ВК-641/09).
7. Устав МБОУ «Солнечная средняя общеобразовательная школа» Золотухинского района Курской области.

Направленность программы

Образовательная деятельность по дополнительной общеобразовательной программе «Спортивные игры» направлена на:

- формирование и развитие физических способностей обучающихся;

- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепление здоровья;
- социализацию и адаптацию обучающихся к жизни в обществе; формирование общей культуры обучающихся

Актуальность программы заключается в том, что у взрослого и детского населения России в последнее десятилетие значительно понижаются показатели критериев здоровья, мотивации здорового образа жизни, пристрастие к вредным привычкам и наркотическим веществам. Поэтому вовлечение и привитие мотивации к здоровому образу жизни необходимо начинать с младшего школьного возраста. Программа актуальна на сегодняшний день, так как ее реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей в связи с высокой учебной нагрузкой, неся оздоровительный эффект. В результате деятельности по программе происходит воспитание волевых черт характера, наблюдается благотворное воздействие на все системы детского организма, происходит развивая таких физических качеств, как сила, быстрота, выносливость, ловкость.

Отличительные особенности программы Игровые технологии, протекающие в специально организованных условиях по определенным правилам, разворачиваясь на деятельностной основе путями и средствами, адекватными возрасту обучающихся, постепенно разовьют и учебную деятельность, которые помогут сохранить высокую работоспособность, исключить переутомление детей. В образовательном процессе используются следующие технологии:

- ролевые игры;
- работа в группах;
- работа в парах сменного состава.

Освоение и совершенствование техники двигательных действий будет осуществляться словесными (диалог), наглядными (показ упражнения, компьютерная демонстрация) методами. Для развития двигательных способностей будут использоваться следующие методы:

- *метод слитного (непрерывного) упражнения с нагрузкой умеренной и переменной интенсивности;*
- *метод круговой тренировки;*
- *игровой метод;*
- *соревновательный.*

С целью максимальной реализации программы широко используется способ проведения занятий в игровой форме. Занятия имеют практическую направленность, теоретическая часть включается в каждое занятие в виде краткого словесного изложения основ техники безопасности при проведении спортивных и подвижных игр и упражнений. Наглядные методы обучения используются в виде показа выполнения упражнений педагогом. Во время практических занятий применяются разнообразные методы ведения тренировки.

Уровни программы, условия зачисления

Программа «Спортивные игры» реализуется на базовом уровне.

На 1 год обучения принимаются все желающие, имеющие первичные навыки в физкультурно-спортивной деятельности, позволяющие не обучаться на стартовом уровне.

На 2 год обучения допускается дополнительное зачисление учащихся по результатам мониторинга, который определяет, насколько степень подготовки учащихся и уровень проявле-

ния компетенций соответствует планируемым результатам освоения теории и практики базовому уровню обучения. Наличие способностей, уровень мотивации (высокий, достаточный), личностные качества выявляется через собеседование, опрос.

Объём и срок освоения программы. Программа «Спортивные игры» разработана на 1 год обучения. Кроме занятий, проводимых по учебному плану, практикуется: проведение интегрированных занятий, участие обучающихся в районных соревнованиях, участие в поселенческих спортивных мероприятиях.

Общий объем программы: 74 часа (37 часов на каждую группу).

Краткая характеристика возрастных особенностей учащихся.

Адресат программы обучающиеся МБОУ «Солнечная средняя общеобразовательная школа» Золотухинского района Курской области, дети 7-17 лет, желающие заниматься спортивными играми, нацеленные на здоровый образ жизни.

Главной направленностью жизнедеятельности является личностное общение в процессе обучения и организационно-трудовой деятельности, стремление занять положение в группе сверстников. Кризисным моментом возраста является чувство «взрослости», восприятие себя самооценка. Происходит становление человека как субъекта собственного развития.

Форма обучения - очная.

Форма организации образовательного процесса:

Основной формой подведения итогов является сдача нормативов, эстафеты с элементами спортивных игр.

Особенности организации образовательного процесса

Этот период в жизни детей характеризуется ускоренным темпом роста. Особенно быстро растут кости рук и ног. В результате этого несколько нарушается координация движений подростка. Продолжается окостенение хрящевой ткани, уменьшается подвижность в сочленениях, значительно увеличивается объём мышц и их сила. Ещё больше становится разница между силовыми и скоростными возможностями мальчиков и девочек. Поэтому необходимо учитывать эти различия и делить подростков по полу в силовых играх. Круг у подростков сужается. В этом возрасте им нравятся те игры, в которых они могут проявить себя с лучшей стороны. Большой интерес подростки проявляют к командным играм. У подростков хорошо используются игры, подготовительные к спортивным, и спортивные игры. Подростки любят тренировать отдельные навыки, необходимые для спорта. Они понимают их пользу и с увлечением играют в игры с мячом, подготовительные к различным видам спорта. Подростки любят строгое объективное судейство и стремятся честно соблюдать правила игры. Характерно для учащихся этого возраста склонность к переоценке своих сил. Нередко проявляется неустойчивость поведения, большая впечатлительность.

Занятия спортивными играми способствуют улучшению физического развития, повышению физической работоспособности и функциональных возможностей основных жизнеобеспечивающих систем организма: дыхания, кровообращения, энергообмена.

Увеличивается жизненная ёмкость легких, сеть капиллярных сосудов, мощность и энергоемкость мышц, утолщается сердечная мышца, улучшаются её сократительные свойства, повышаются возможности совершать работу при относительно недостаточном поступлении

кислорода к действующим мышцам, возрастает скорость восстановления энергии после интенсивной мышечной работы.

Учитывая данные обстоятельства, обучающиеся сформированы в группы разных возрастных категорий являющиеся основным составом объединения. Основными формами организации образовательного процесса являются: групповые занятия; тестирование и медицинский контроль; участие в спортивно-массовых мероприятиях и соревнованиях. Расписание занятий составляется администрацией учреждения по представлению педагога дополнительного образования (далее – педагога) в целях установления благоприятного режима тренировок, отдыха обучающихся. Количество занимающихся - 15 человек.

Учебный материал программы представлен в разделах, отражающих тот или иной вид подготовки: теоретическую, физическую, технико-тактическую, а также контрольные нормативы.

Наполняемость учебных групп по годам обучения:

- 1 года обучения –15 человек (в каждой группе)

Принадлежность к кружковой деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по кружковой деятельности проводятся после уроков основного расписания. Реализация данной программы в рамках кружковой деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке обучающихся.

Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке. Продолжительность занятия 45 минут.

группа обучающихся 1- 4 классов 1 час в неделю (37 часов в год);

группа обучающихся 5-11 классов 1 час в неделю (37 часов в год).

1.2. Базовый уровень программы.

С учетом принципов, определяющих приоритеты образовательной программы можно сформулировать **основную цель и задачи**, которые позволяет решать исследовательское обучение.

Целью программы является формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Задачи программы.

Образовательные:

- сформировать культуру движений, усилить двигательный опыт физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в футболе;

- освоить знания о футболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;

- обучить навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;

- овладеть техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;

- освоить удары по мячу и остановок мяча;

- овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;

- освоение техники ведения мяча;

- освоение техники ударов по воротам;

- закрепить техники владения мячом и развить координационные способности;
- освоить тактики игры в спортивные игры.

Развивающие:

- укрепить здоровье, способствовать развитию основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- способствовать развитию выносливости;
- способствовать развитию скоростных и скоростно-силовых способностей.

Воспитательные:

- воспитывать положительные качества личности, соблюдать нормы коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитывать чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитывать нравственные качества по отношению к окружающим;
- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1–4 класс

Таблица №1

№	Наименование разделов	Всего Часов	Количество часов		Форма промежуточной аттестации
			теория	практика	
1	Основы знаний о физической культуре	2	2		Опрос
2	Легкая атлетика	4		4	Тестирование
3	Гимнастика с элементами акробатики	4		4	Тестирование
4	Спортивные игры	19	1	18	Опрос, соревнования. Практика
5	Общая физическая подготовка	7		7	Тестирование
6	Промежуточная аттестация	1		1	Тестирование нормативов ОФП, технических приемов
7	Итого за учебный год	37	3	34	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

5-11 класс

Таблица №2

№	Наименование разделов	Всего Часов	Количество часов		Форма промежуточной аттестации
			Теория	Практика	
1	Основы знаний о физической культуре	2	2		Опрос
2	Легкая атлетика	4		4	Тестирование
3	Гимнастика с элементами акробатики	4		4	Тестирование
4	Спортивные игры	17	2	15	Опрос. Практика
5	Общая физическая подготовка	9		9	Тестирование.

6	Промежуточная аттестация	1		1	Тестирование нормативов ОФП, технических приемов
7	Итого за учебный год	37	4	33	

СОДЕРЖАНИЕ

Основы знаний о физической культуре и спорте.

Естественные основы. Основные формы движения, напряжение и расслабление мышц при выполнении упражнений. Выполнение основных движений с различной скоростью. Выявление работающих групп мышц. Изменение роста, веса и силы мышц.

Социально-психологические основы. Влияние физических упражнений, закаливающих процедур, личной гигиены и режима дня для укрепления здоровья. Физические качества и их связь с физическим развитием. Комплексы упражнений на коррекцию осанки и развитие мышц. Комплексы упражнений на развитие физических качеств и правила их выполнения. Обучение движениям. Эмоции и их регулирование в процессе занятий физическими упражнениями. Выполнение жизненно важных навыков различными способами и с изменением амплитуды. Контроль за правильностью выполнения физических упражнений и тестирования физических качеств.

Приемы закаливания. Способы саморегуляции и самоконтроля. Воздушные ванны. Солнечные ванны. Измерение массы тела. Приемы измерения пульса. Специальные дыхательные упражнения. Водные процедуры. Овладение приемами саморегуляции, связанные с умением расслаблять и напрягать мышцы. Контроль и регуляция движений. Тестирование физических способностей.

Легкая атлетика.

Спринтерский бег: высокий, низкий старт, стартовый разгон, бег по дистанции (30, 60 м), финиширование. Медленный бег до 10 мин. Прыжки в длину с разбега. Метание малого мяча.

Гимнастика с элементами акробатики.

Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами (мячами, скакалками, гимнастическими палками), на гимнастических снарядах (стенках, скамейках). Акробатические упражнения. Группировка. Перекаты. Кувырок вперед, назад. Стойка на лопатках. Комбинации из разученных упражнений. Лазанье по канату, висы, упоры.

Спортивные игры.

Волейбол. Стойки и передвижения. Передача двумя руками сверху. Прием мяча снизу двумя руками. Нападающий удар. Нижняя прямая подача. Комбинации из разученных элементов. Тактика свободного падения. Позиционное нападение.

Футбол. История футбола. Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой. Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.

Баскетбол. Стойки, передвижения, остановки игрока. Ведение мяча на месте и в движении. Передачи мяча в парах, тройках двумя руками от груди, одной рукой от плеча, двумя руками из-за головы, с отскоком в пол. Сочетание приемов. Взаимодействие двух игроков, личная защита. Штрафной бросок.

Общая физическая подготовка.

Развитие координационных, скоростных, скоростно-силовых, силовых способностей, гибкости и выносливости. Подвижные игры. Комплексы упражнений.

1.3. Планируемые результаты

Личностные результаты

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.),

показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

2.Комплекс организационно-педагогических условий

2.1.Календарный учебный график.

Календарный учебный график является составной частью программы, содержащей комплекс основных характеристик образования и определяющей даты и окончания учебных периодов/этапов, количество учебных недель, сроки контрольных процедур, и составляется для каждой учебной группы.

Таблица №3

№ П/п	№ группы	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Нерабочие праздничные дни	Сроки проведения промежуточной аттестации
1	1	1	02.09.2024	28.05.2025	36	72	74	2 раза в неделю	04.11.2024; 01.02.03, 04,05, 06,07.01.2025г; 23.02.2025г; 08.03.2025г; 01.05;2025г 09.05.2025г	С 13.01.2025 по 27.01.2025 С 12.05.2025 по 26.05.2025 (в соответствии с Расписанием групп)

Рабочая программа (календарно-тематическое планирование) **составляется педагогом на текущий год обучения** (см. Приложение).

2.2. Формы выявления и оценки образовательных результатов

Основной показатель реализации программы «Спортивные игры» - стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей выполнения программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической, интегральной и теоретической подготовки (по истечении каждого года), результаты участия в соревнованиях

Режим работы в период школьных каникул

В период школьных каникул проводятся занятия в разной форме: учебные занятия, заочные экскурсии, другие формы работы.

Кадровое обеспечение:

По реализации программы работает педагог дополнительного образования, имеющий первую квалификационную категорию, Шахова Е.Ю.

Организация промежуточной и итоговой аттестации

Таблица №4

	вид аттестации	сроки проведения
1.	начальная	сентябрь
2.	промежуточная	декабрь
3.	итоговая	май

Методическое обеспечение общеразвивающей программы

Таблица №5

№	Раздел программы	Форма организации и проведения занятий	Методы и приемы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Вид и форма контроля
1	Введение в программу	Групповая, индивидуальная, по подгруппам, фронтальная	Словесный (объяснение, рассказ, беседа)	Специальная литература и обучающие видеокурсы	беседы
2	Обще физическая подготовка	Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная.	Словесный, наглядный (пока, наблюдение, работа по образцу) фронтальный коллективный, групповой, в парах.	Спортивное оборудование и инвентарь.	Текущие контрольные испытания
3	Основы футбольного мастерства	Индивидуальная, групповая, по подгруппам, фронтальная, коллективно-групповая, в парах.	Словесный, практический, наглядный, репродуктивный, групповой, в парах, индивидуальный.	Научная специальная литература, спортивное оборудование и инвентарь.	Учебные игры
4	Основы игры в баскетбол	Индивидуальная, индивидуально-фронтальная, групповая, по подгруппам, коллективно-групповая, в парах.	Словесный, практический, в парах, репродуктивный, индивидуальный.	Специальная литература и обучающие видеокурсы Спортивное оборудование и инвентарь.	Промежуточные тесты, учебные игры
5	Основы игры в волейбола	Групповая, по подгруппам, коллективно-групповая	Практический, коллективный, коллективно-групповой.	Спортивное оборудование и инвентарь.	Учебные игры, соревнования
6	Совершенствование футбольного мастерства	Групповая, по подгруппам, коллективногрупповая	Практический, коллективный, коллективногрупповой.	Специальная литература и обучающие видеокурсы Спортивное оборудование	Учебные игры, соревнования

				и инвентарь.	
7	Основы легкой атлетики	Индивидуальная, групповая, по подгруппам, фронтальная, поточная.	Словесный, практический, наглядный, репродуктивный, групповой, в парах, индивидуальный	Спортивное оборудование и инвентарь	Текущие контрольные испытания
8	Общая физическая подготовка	Индивидуальная, групповая, по подгруппам, фронтальная, поточная.	Словесный, наглядный (показ, наблюдение, работа по образцу), фронтальный, коллективный, групповой, коллективно-групповой, в парах, индивидуальный.	Спортивное оборудование и инвентарь.	Текущие контрольные испытания
9	Основы футбольной тактики	Индивидуальная, групповая, по подгруппам, фронтальная, коллективно-групповая, в парах.	Словесный, практический, наглядный, репродуктивный, групповой, в парах, индивидуальный.	Спортивное оборудование и инвентарь.	Учебные игры
10	Основы баскетбола	Групповая, по подгруппам, коллективно-групповая	Практический, коллективный, коллективно-групповой.	Спортивное оборудование и инвентарь.	Учебные игры, соревнования

Способы проверки результатов

- зачеты по теоретическим основам знаний (ежегодно);
- диагностика уровня воспитанности (ежегодно)
- мониторинг личностного развития воспитанников (ежегодно);
- социометрические исследования (ежегодно) ;
- диагностирование уровня физического развития, функциональных возможностей детей (ежегодно);
- тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков (ежегодно);
- анкетирование;
- участие в соревнованиях;
- сохранность контингента;
- анализ уровня заболеваемости воспитанников.

Основной формой подведения итогов является сдача нормативов, эстафеты с элементами спортивных игр.

2.3.Условия реализации программы

Материально-техническое оснащение:

- специальный спортивный зал с волейбольной и баскетбольной площадкой с вентиляцией, хорошим освещением, раздевалкой, душем, необходимым температурным режим;

- спортивная площадка оборудованная для проведения занятий волейболом, баскетболом, футболом и легкой атлетикой

- мячи футбольные (5-8 шт);

- мячи для других игровых видов спорта (баскетбольные, волейбольные);

- мячи для метания ;

- мячи набивные (1 кг, 2 кг, 3 кг);

- гимнастическая стенка «шведская»;

- гимнастические скамейки;

- маты гимнастические;

- скакалки;

- гимнастические палки;

- секундомер;

- рулетка;

- свисток.

Требования техники безопасности при проведении занятий по спортивным играм.

- осуществление постоянного контроля за состоянием мест занятий (исправностью оборудования, вентиляции, чистотой, поддержанием норм освещения);

- обязательное включение в каждое учебно-тренировочное занятие упражнений в самостраховке, страховке и оказание помощи при выполнении различных упражнений и технических действий;

- обязательное проведение разминки;

- ознакомление с правилами поведения обучающихся в спортивном зале во время тренировки;

- тщательное планирование занятий, последовательность тренировочных заданий, определение величины тренировочных нагрузок, в зависимости индивидуальной особенности обучающихся;

- осуществление постоянного контроля за состоянием обучающихся;

- снижение нагрузки в случае утомления, первыми признаками которого является бледность, блеск в глазах, перевозбуждение, нарушение координации, ухудшение внимания, апатия, сонливость;

- обязательное регулярное врачебное обследование обучающихся;

- соблюдение строго режима и правил здорового образа жизни;

- соблюдение всех педагогических принципов организации и построения учебно-тренировочных занятий: доступность, постепенность, прочность, наглядность, активность, индивидуальность;

- индивидуальный подход к обучающимся.

- постоянная воспитательная работа с обучающимися: строгая дисциплина на занятиях; товарищеская взаимопомощь; требование к себе и к своим товарищам; максимальная собранность на занятиях; своевременное пресечение грубости; запрещённых приёмов; воспитание уважения к своему противнику; воспитание творческого отношения к тренировке.

Теоретическая подготовка

Теоретическая подготовка проводится в форме бесед, лекций и непосредственно в

процессе тренировки. Она органически связана с физической, технико-тактической, моральной и волевой подготовкой как элемент практических знаний. Воспитание морально-волевых качеств начинается с первых шагов, когда в секции, в школе нужно научиться подчинять свои интересы общественным, выполнять все требования педагога, болеть душой за честь коллектива. Необходимо воспитать у юных спортсменов правильное, уважительное отношение к товарищам, к соперникам, к педагогу, к судьям, к зрителям.

На спортивно-оздоровительном этапе необходимо ознакомить обучающихся с правилами гигиены, спортивной дисциплины и соблюдением чистоты в спортивном сооружении. Большое внимание необходимо уделять рассказам о традициях спортивных игр, истории и предназначению. Причем, в группах знакомство обучающихся с особенностями вида спорта проводится непосредственно перед занятиями или в ходе разучивания каких-либо двигательных действий. Основное внимание при построении бесед и рассказов направлено на то, чтобы привить детям гордость за выбранный вид спорта и желание добиться высоких спортивных результатов.

Методики для выявления и развития детей с выдающимися способностями

1. Диагностики вербальной и невербальной креативности (Гилфорда Дж.)
2. Тест творческого мышления П. Торренса.
3. Тест креативности Ф. Вильямса.
4. Методика «Круги» Э. Вартега.
5. Методика оценки общей одаренности.
6. Методика «Интеллектуальный портрет».
7. Определение уровня проявления способностей ребенка (Сизанов А.Н.)
8. Методика «Как я вижу себя» (Савенков А.И.).
9. Опросник выявления одаренных учащихся (Задорина Е.Н.).
10. Шкала поведенческих характеристик одаренных школьников (Рензулли Дж. в адаптации Поповой Л.В.)
11. Анкета «Как распознать одаренность» (Л.Г. Кузнецова, Л.П. Сверч)
12. Опросник креативности Д.Джонсона.
13. Групповой интеллектуальный тест (ГИТ).
14. Прогрессивные матрицы Дж. Равенна.
15. Тест Д. Векслера.
16. Вербальный тест творческого мышления «Необычное использование».
17. Тест вербальной креативности РАТ (С. Медник).
18. Тест на самоопределение предпочтительных видов деятельности одаренных школьников.
19. Определение уровня познавательной потребности (Юркевич Ю.С.).
20. Шкала детских способностей Маккарти.

ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

Контрольно-измерительные материалы

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на спортивно-оздоровительном этапе

Таблица №6

Развиваемое фи-	Контрольные упражнения (тесты)
-----------------	--------------------------------

физическое качество	Юноши	Девушки
Быстрота	Бег на 30 м со старта (не более 6,7 с)	Бег на 30 м со старта (не более 7,0 с)
	Челночный бег 3x10 м (не более 9,35 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 9,7 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 125 см)	Прыжок в длину с места (не менее 115 см)
	Прыжок вверх с места со взмахом руками (не менее 10 см)	Прыжок вверх с места со взмахом руками (не менее 8 см)

3. Воспитательная работа

3.1. Рабочая программа воспитания к дополнительной общеобразовательной программе - «Спортивные игры».

Занятия по программе «Спортивные игры» способствуют общему развитию личности ребёнка.

Программа «Спортивные игры» рассчитана на 1 год и относится к базовому уровню. В 2023-2024 учебном году реализуется в МБОУ «Солнечная средняя общеобразовательная школа» Золотухинского района Курской области.

Данная программа рассчитана на разновозрастную (7-17 лет) учебную группу с постоянным составом учащихся, количество обучающихся в группе 15 человек. На обучение принимаются все желающие.

Цель воспитательной работы — создание условий для воспитания свободной, интеллектуально развитой, духовно богатой, физически здоровой личности, ориентированной на высокие нравственные ценности, способной к самореализации и самоопределению в современном обществе, склонной к овладению различными профессиями, с гибкой и быстрой ориентацией в решении сложных жизненных проблем.

Задачи:

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся;
- популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;
- формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям спортивными играми;
- обучение технике и тактике спортивных игр;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний;
- воспитание моральных и волевых качеств.

Направления деятельности:

- духовно-нравственное;

- культура безопасности жизнедеятельности;
- здоровье сберегающее;

Формы, методы, технологии

- **Формы:** праздник, экскурсия, беседа, соревнования.
- **Методы воспитания:**
- убеждение, поощрение, поддержка, стимулирование, коллективное мнение, положительная мотивация, создание ситуации успеха.

Технологии:

- Педагогическая поддержка;
- Игровые технологии

Основные принципы воспитательной работы:

- гуманистической направленности воспитания;
- коллективного воспитания;
- создания дополнительных условий для социализации детей с особыми образовательными потребностями;
- демократизма;
- толерантности;
- применения воспитывающего обучения.

Планируемые результаты:

в процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются личностные, метапредметные и предметные результаты.

3.2. Календарный план воспитательной работы на 2024-2025 учебный год

Таблица №7

1. Воспитательные мероприятия в объединении.

Сроки	Название мероприятия	Форма	Место проведения, участники	Организатор
Сентябрь	Акция «ЗОЖ – это модно!» Конкурс электронных презентаций	Конкурс	МБОУ «Солнечная СОШ»	ПДО
Декабрь	Соревнования «А Вам слабо?»	Соревнования	МБОУ «Солнечная СОШ»	ПДО
Январь	Оформление выставки детских рисунков «За здоровый образ жизни»	Выставка	МБОУ «Солнечная СОШ»	ПДО

Таблица №8

2. Участие учащихся в воспитательных мероприятиях учреждения

Сроки	Название мероприятия	Форма участия	Место проведения, участники	Организатор
Октябрь	«Как сохранить здоровье»	Игра	МБОУ «Солнечная СОШ»	Педагоги-организаторы
Ноябрь	«Здоровые дети – здоровая нация», посвященный «Дню народного единства»	спортивный праздник	МБОУ «Солнечная СОШ»	Педагоги-организаторы
Январь	Оформление стендов с фотографиями «Лучшие спортсмены школы»	очно	МБОУ «Солнечная СОШ»	Педагоги-организаторы
Февраль	Празднование Дня защитника Отечества	очно	МБОУ «Солнечная СОШ»	Педагоги-организаторы
Март	Празднование 8 марта	очно	МБУДО «Свободинский РДДТ»	Педагоги-организаторы

Таблица №9

3. Участие учащихся в районных воспитательных программах

Сроки	Название программы, мероприятия	Форма участия	Место проведения	Организатор
Май	Подготовка и участие в эстафете, посвященной Дню 9 мая.	Соревнования	МБОУ «Солнечная СОШ»	ПДО
Май	Велопробег посвященный дню защиты детей.	Соревнования	МБОУ «Солнечная СОШ»	ПДО

Таблица №10

4. Участие учащихся в жизни социума

Сроки	Название мероприятия (программы)	Форма участия	Место проведения, участники	Организатор
-------	----------------------------------	---------------	-----------------------------	-------------

В течение года	Проведение товарищеских встреч по волейболу, футболу, пионерболу.	Соревнования	МБОУ «Солнечная СОШ»	ПДО
----------------	---	--------------	----------------------	-----

Таблица №11

5. Участие в Интернет-мероприятиях

Сроки	Название мероприятия	Форма участия	Место проведения	Организатор
В течение года	Участие в вебинарах и дистанционных конкурсах	Вебинар, дистанционно	Интернет	ПДО

Таблица №12

6. Работа с родителями

Сроки	Название мероприятия	Форма проведения	Место проведения	Ответственный
Сентябрь	Консультации для родителей по вопросам физического воспитания детей в семье	Родительское собрание	МБОУ «Солнечная СОШ»	ПДО.
Апрель	Проведение мероприятия « Мама, папа, я – спортивная семья»	соревнования	МБОУ «Солнечная СОШ»	ПДО
В течении года	Праздники.	Тематические беседы, индивидуальные консультации;	МБОУ «Солнечная СОШ»	ПДО

4.Список рекомендованной литературы.

4.1.Для педагога.

1. Гринлер К. и др. «Физическая подготовка футболистов», М: ПК, 1976.
2. Зимин А.М. «Первые шаги в баскетболе. Учебное пособие для обучающихся и учителей» М.: «Просвещение» 1992г.
3. Колос В.М. «Баскетбол: теория и практика» Минск 1989г.
4. Матвеев А.П. «Оценка качества подготовки учеников основной школы по физической культуре М. «Дрофа» 2001 год.
5. Монаков Г.В. «Техническая подготовка футболистов, методика и планирование», М: ФиС, 2000.
6. Внеурочная деятельность обучающихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/Г.А.Колодиницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов.- М.: Просвещение, 2011.-77с.: ил.- (Работаем по новым стандартам).
7. Волейбол: Примерная программа спортивной подготовки для В67 детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный) [Текст].- М.: Советский спорт. 2005.-112с.
8. Примерные программы по учебным предметам. П76 Физическая культура. 5-9 классы: проект.- 3-е изд.- М.: Просвещение, 2011.-61с.-(Стандарты второго поколения).
9. Справочник учителя физической культуры/авт.-сост. П.А. Киселев, С.Б. Кисилева.- Волгоград: Учитель, 2011.- 251с.
10. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/Г.А.Колодиницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов.- М.: Просвещение, 2011.
11. Зимин А.М. «Первые шаги в баскетболе. Учебное пособие для учащихся и учителей» М.: «Просвещение» 2015г.
12. А.П. Матвеев. Физическая культура. 5-7 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений. Физическая культура М.2011г. «Просвещение».
13. Рабочая программа «Физическая культура 5 – 9 классы» Автор :Матвеев А.П.М. “Просвещение”,2012.
14. Теоретико-методические аспекты практики спорта: учебное пособие/ Фискалов В.Д., Черкашин В.П. –М.: Спорт, 2016.- 352 с.

15. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Подвижные игры: учебник/ Луткова Н.В., Макаров Ю.М., Минина Л.Н. – М.: Академия, 2014. – 272с.
16. Физическая культура: Учебник. 7-е издание/ Барчуков И.С. М.: Академия, 2013. – 528с.

4.2.Для учащихся

1. Былеева Л.М., Коротков И.М. Подвижные игры «Физкультура и спорт» [Текст] / Л.М. Былеева. - М., 1986.-154 с.
2. Делигишин А.А. Спортивные и подвижные игры в физическом воспитании детей и подростков [Текст]/ А.А. Делигишин - Киев, 1989. - 235 с.
3. Виленская Т.Е. Физическое воспитание детей младшего школьного возраста [Текст]: учеб. пособие / Т.Е. Виленская. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 160 с.
4. Жуков М.Н. Подвижные игры [Текст]: учебник для студентов педагогических вузов. / М.Н. Жуков. - М.: Издательский центр «Академия», 2000. - 160 с.
5. Курамшина Ю.Ф. Теория и методика физической культуры. - 2-е изд., исп. - М.: Советский спорт, 2004 г. - 464 с.
6. Матвеев Л.П. - Теория и методика физического воспитания [Текст] / Л.П. Матвеев. - М.: Физкультура и спорт, 1976.-173 с.
7. Портных Ю.И. - Спортивные игры и методика преподавания [Текст]: учеб. пособие / Ю.И. Портных. - М.: Физкультура и спорт, 1986.-219 с.
8. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта [Текст] / Ж.К. Холодов. - М.: Издательский центр «Академия», 2000. - 480 с.
9. Демчишин А.А. Спортивные и подвижные игры в физическом воспитании детей и подростков [Текст] / А.А. Демчишин, В.Н. Мухин, Р.С. Мозола. - К.: Здоровья, 1998. - 168 с.
10. Кузнецов В.С. Физическое упражнения и подвижные игры. Методическое пособие [Текст] / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. - М.: НЦ ЭНАС, 2006. - 151 с.
11. Качашкин В.М. Физическое воспитание в начальной школе: Пособие для учителей [Текст]/ В.М. Качашкин. - М.: Просвещение, 1980. - 79 с.
12. Кузьмин Н.И. Подвижная игра как средство обучения и воспитания учащихся [Текст] / Физическая культура в школе - 2008. - №6. - 20 с.
13. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст] / Ю.Ф. Курамшин. - М.: Советский спорт, 2007. - 16 с.
14. Литвинов Е.Н. Подвижные игры в физическом воспитании. Спорт в школе [Текст] // Первое сентября - 2007 - №14. - 42 с.
15. Коротков И.М., Былеева Л.В. Подвижные игры [Текст] / Учебное пособие для студентов вузов и физической культуры / И.М. Коротков, Л.В. Былеева. - М.: Спорт Академ Пресс, 2002. - 40 с.
16. Шмаков С.А. Игры учащихся - феномен культуры [Текст] / С.А. Шмаков - М., 1994.-123 с.

17. Осокина Т.Н. Детские подвижные игры народов СССР [Текст] Т.Н. Осокина - Просвещение, 1988-231 с.
18. Кенеман А.В. Детские подвижные игры народов СССР: Пособие для воспитателя детского сада [Текст] / М.: Просвещение, 1988-239 с.
19. Штерн В.А. Основная единица развернутой формы игровой деятельности [Текст] / Хрестоматия по возрастной и педагогической психологии - М.: Издательство МГУ, 1981-164 с.
20. Русские народные подвижные игры: Пособие для воспитателя детского сада [Текст]/ под ред. Л.В. Руссковой. - Москва» «Просвещение», 1986.-79 с.
21. Качашкин В.М. Методика физического воспитания: Учебное пособие для учащихся школьных пед. училищ [Текст]/ В.М. Качашкин. - М., Просвещение, 1980.-304 с.
22. Фролов В.Г. Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке: Пособие для воспитателя [Текст]/ В.Г. Фролов. - М.: Просвещение, 1986. - 159 с.

Интернет-ресурсы.

<http://www.fizkulturavshkole.ru/> (классика преподавания физической культуры, а также современные методы и приёмы.)

<http://fizkultura-na5.ru/> (аспекты преподавания физической культуры: программы по физкультуре, здоровьезбережения и видам спорта, календарно тематические планирования для всех классов с первого по одиннадцатый, кроссворды, статьи, нормативы, комплексы упражнений, правила соревнований, приказы Министерства образования и многое другое...)

<http://fizkulturnica.ru/> (для учителей физической культуры, для учеников, для их родителей и для людей, заботящихся о своем здоровье и здоровье своих близких.)

<http://www.kazedu.kz/> (Комплекс упражнений по физической культуре)

<http://summercamp.ru/> (Комплекс упражнений для детей 8-12 лет.)

**Календарно - тематическое планирование
реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей про-
граммы**

**«Спортивные игры» на 2024-2025 учебный год
Срок реализации программы 1 год, (1-й год обучения),
37 часов в год, 1 час в неделю.**

Таблица №13

1-6 класс

№ п.п.	Месяц	Тема занятия	Форма занятий	Кол- во ча- сов	Место прове- дения	Форма аттестации (контроля)
1. Теоретическая подготовка				2		
1.	Сен- тябрь	Инструктаж по ТБ. Гигиенические требования к занимающимся спортом, влияние физических упражнений на организм спортсмена	Лекция	1	Спортзал	Беседа, опрос
2.	Сен- тябрь	Общая характеристика спортивной подготовки, физические способности и физическая подготовка, закаливание.	Лекция, практика	1	Спортзал	Беседа, опрос
2. Легкая атлетика				4		
3.	Сен- тябрь	Бег и ходьба. Ускорения.	Практика	1	Спорт- площадка	Тестирование
4.	Сен- тябрь	Бег 30 м	Практика	1	Спорт- площадка	Занятие, тестирование
5.	Сен- тябрь	Метание малого мяча с места, в цель.	Практика	1	спортзал	Наблюдение
6.	Ок- тябрь	Эстафеты	Практика	1	Спорт- площадка	Занятие, практикум
3. Гимнастика				2		
7.	Ок- тябрь	Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты, мосты)	Лекция, практика	1	Спортзал	Тестирование
8.	Ок- тябрь	Подтягивания. Поднимание ног в висе	Показ, практика	1	Спортзал	Занятие, тестирование
4. Спортивные игры				19		
9.	Ок- тябрь- ноябрь	Учебная игра «Мини-волейбол»	Лекция, практика	4	Спортзал	Тестирование опрос
10.	Но- ябрь- декабрь	Мини-баскетбол.	Лекция, практика	4	Спортзал	Занятие, опрос
11.	Де- кабрь-	Баскетбол	Лекция, практика	2	Спортзал	Тестирование

	январь					
12	Ян- варь- фев- раль	Мини-футбол.	Лекция, практика	3	Спортзал	Наблюдение
13	Фев- раль- март	Футбол	Практика	3	Спортзал	Тестирова- ние
14	Март	Футбол	практика	2	Спорт- площадка	Тестирова- ние опрос
15	Март-		Практика	4	Спортзал	Тестирова- ние
5. Общая физическая подготовка				9		
16	Апрель	Общеразвивающие упражнения.	Лекция, практика	1	Спортзал	Тестирова- ние
17	Апрель	Общеразвивающие упражнения: с предметами	Лекция, практика	2	Спортзал	Занятие, те- стирование
18	Май	ОРУ на месте. Специальные беговые упражнения	Практика	2	Спортзал	Наблюдение
19	Май	Преодоление препятствий. Лазания.	Практика	1	Спорт- площадка	Тестирова- ние
20	Май	Специальные прыжковые упражне- ния. Встречные эстафеты	Лекция, практика	1	Спорт- площадка	Занятие, те- стирование
21		Подвижные игры	Практика	2	Спорт- площадка	Учебная иг- ра
6.Промежуточная аттестация			Практика	1		Тестирова- ние
Итого за учебный год				37		

Календарно - тематическое планирование

реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

«Спортивные игры» на 2024-2025 учебный год

Срок реализации программы 1 год, (1-й год обучения),

37 часов в год, 1 час в неделю.

7-11 класс

Таблица №14

№ п.п.	Месяц	Тема занятия	Форма занятий	Кол-во часов	Место проведения	Форма аттестации (контроля)
1. Теоретическая подготовка				2		
1.	Сентябрь	Инструктаж по ТБ. Гигиенические требования к занимающимся спортом, влияние физических упражнений на организм спортсмена	Лекция, практика	1	Спортзал	Беседа, опрос
2.	Сентябрь	Общая характеристика спортивной подготовки, физические способности и физическая подготовка, закаливание.	Лекция, практика	1	Спорт-площадка	Беседа, опрос
2. Легкая атлетика				4		
3.	Сентябрь	Бег и ходьба. Ускорения.	Лекция, практика	1	Спорт-площадка	Занятие, практикум
4.	Сентябрь	Бег 30, 60, 100 м.		1	Спорт-площадка	тестирование
5.	Октябрь	Метание малого мяча с разбега.	Лекция, практика	1	Спорт-площадка	Занятие, тестирование
6.	Октябрь	Эстафеты.	Практика	1	Спорт-площадка	наблюдение
3. Гимнастика				2		
7.	Октябрь	Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты, мосты)	Лекция, практика	1	Спортзал	Занятие, тестирование
8.	Октябрь	Подтягивания. Поднимание ног в висе.	Практика	1	Спортзал	тестирование
4. Спортивные игры				17	2	
9.	Октябрь	Учебная игра «Мини-волейбол».		1	Спортзал	наблюдение
10.	Ноябрь	Баскетбол	Практика	3	Спортзал	наблюдение
11.	Ноябрь	Стрит-баскетбол	Лекция, практика	1		
12.	Декабрь	Волейбол	Практика	3	Спортзал	наблюдение
13.	декабрь	Мини-волейбол	Лекция, практика	1	Спортзал	
14.	Январь-февраль	Футбол	Практика	6	Спорт-площадка	наблюдение
15.	Февраль-март	Мини-футбол	Лекция, практика	2	Спортзал	
5. Общая физическая подготовка				11		
16.	Март	Общеразвивающие упражнения: элементарные, с партнером.	Лекция, практика	2	Спорт-площадка	тестирование
17.	Март-Апрель	Общеразвивающие упражнения: с предметами, на снарядах	Лекция, практика	2	Спорт-площадка	беседа, опрос

18.	Апрель	ОРУ на месте. Специальные беговые упражнения	Лекция, Практика	1	Спорт-площадка	наблюдение
19.	Апрель	Прыжки через препятствия	Лекция, практика	1	Спорт-площадка	опрос, наблюдение
20.	Апрель	Специальные прыжковые упражнения. Встречные эстафеты	Лекция, практика	1	Спорт-площадка	наблюдение
21.	Май	Спортивные игры	Практика	2	Спорт-площадка	учебные игры,
22.	Май	Спортивные игры	Практика	2	Спортзал	тестирование
6. Промежуточная аттестация			Практика	1	Спорт-площадка	
Итого за учебный год				37		