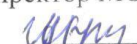


Управление образования администрации МР «Усть-Куломский»  
Муниципальное общеобразовательное учреждение  
Керчомская средняя общеобразовательная школа

Принято на заседании  
Педагогического совета  
от «16» мая 2022г  
протокол № 10

Утверждено  
приказом № 232 от 25.05.2022года  
директор МОУ Керчомская СОШ  
 Кузнецова И.А.



Дополнительная общеобразовательная-  
дополнительная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
**«Спортивные игры»**

Возрастной категории 12-18 лет.  
Вид программы по уровню освоения: базовый  
Срок реализации: 1 год

Составитель: Размыслов Андрей Алексеевич  
педагог дополнительного образования

Керчомья  
2022

## Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная – дополнительная общеразвивающая программа «Спортивные игры» составлена в соответствии с нормативно-правовыми требованиями законодательства в сфере образования:

- Федеральный закон «Закон об образовании в Российской Федерации» (№273 от 29.12.2012г);
- Федеральный Закон от 02.12.2019 N 403-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (сетевая форма реализации ДООП, практическая подготовка обучающихся);
- Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ “О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Приказ Минпросвещения России № 629 от 27.07.2022г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (п.3.6);
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в Республике Коми от 19.09.2019г. № 07-13/631);
- Устава МОУ Керчомской СОШ, утвержденного постановлением АМР «Усть-Куломский» от 12 мая 2020 года № 587
- Лицензии образовательной организации на образовательную деятельность.

**Направленность-** физкультурно-спортивная.

**Актуальность** Программа по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов занимающихся (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.); на воспитание нравственных и волевых качеств, что создается главным образом необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры; на согласование индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников. Особенно игровые упражнения содействуют воспитанию таких волевых качеств, как инициативность и самостоятельность, поскольку игроку приходится самостоятельно быстро и своевременно принимать решения и осуществлять двигательные качества.

Игровые упражнения и формы занятий создают благоприятные условия для самостоятельного выполнения заданий с мячом. Это позволяет подобрать для каждого индивидуальные упражнения по степени трудности.

**Новизна** данной программы в том, что учащиеся МОУ Керчомской СОШ будут заняты различными формами деятельности в группах, в соответствии со своими возможностями и способностями. Так же учащиеся младшего возраста могут заниматься в группах со старшими, если будут показывать более высокий уровень необходимых качеств.

**Отличительные особенности** Учащиеся будут заниматься в группах, парах или индивидуально (подготовка к соревнованиям), при этом будут использоваться современные технологии обучения.

**Адресат программы** Программа рассчитана на учащихся от 12 до 17 лет без ОВЗ, принимаются по заявлению родителей и согласия на обработку данных. Состав группы - 10 - 12 человек.

**Вид программы по уровню освоения - базовый уровень**

**Объем программы - 102 часов.**

Год обучения	Количество часов в неделю	Количество недель в учебном году	Всего часов
Первый	3	34	102

**Сроки реализации - 1 год**

**Формы обучения -** Очная, дистанционная

**Режим занятий** Занятия проводятся 3 раза в неделю по 1 академическому часу.

Продолжительность 1 академического часа - 45 мин.

**Особенности организации образовательного процесса**

Состав группы – постоянный. Форма проведения – групповая /работа в малых группах/ работа в парах/ индивидуально.

**Цель:** Формирование физической культуры учащихся с помощью занятий групповыми спортивными играми.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- ознакомить с основными правилами игры в баскетбол, волейбол, футбол;
- обучить технике игры в защите и нападении;
- обучить тактическим приемам игры.

**Развивающие:**

- привитие интереса к занятиям спортом;
- формирование жизненно важных двигательных умений и навыков;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

**Воспитательные:**

- воспитывать чувство ответственности, коллективизма, уважения к партнеру и сопернику;
- формирование навыков сотрудничества в тренировочных, игровых ситуациях.

## Содержание программы

### Учебный план

Название раздела	Количество часов			Формы контроля
	Всего	Теория	Практика	
<b>1. Баскетбол (34ч.)</b>				Наблюдение, сдача нормативов учебная игра
1.1 Общефизическая подготовка. Подвижные игры	10	2	8	
1.2 Правила игры. Специальная подготовка	9	1	8	
1.3 Баскетбол	15	1	14	
<b>2. Волейбол (34ч.)</b>				
2.1 Общефизическая подготовка. Подвижные игры	10	2	8	
2.2 Правила игры. Пионербол	9	1	8	

2.3 Волейбол	15	1	14
<b>3. Футбол (24ч.)</b>			
3.1 Упражнения в движении. Упражнения с мячами	10	2	8
3.2 Мини-футбол	14	1	13
<b>4. Организация и проведение спортивных мероприятий (9 ч.)</b>	9	1	8
<b>5. Итоговое занятие</b>			<b>1</b>
<b>Итого:</b>	<b>102</b>	<b>12</b>	<b>90</b>

### Содержание учебного плана

Раздел	Темы	
	Теория	Практика
1. Баскетбол	-инструктаж по профилактике травматизма; -правила игры;	-элементы техники игры; -тактические комбинации; - подвижные игры - учебная игра
2. Волейбол	-правила игры, эстафет; -техника безопасности во время игры, эстафет;	-элементы техники игры; -тактические комбинации; - подвижные игры - учебная игра
3. Футбол	-инструктаж по профилактике травматизма	-упражнения на отработку различных приемов - учебная игра
4. Организация и проведение спортивных мероприятий	-правила игры; -инструктаж по профилактике травматизма;	Соревнования по мини-футболу и эстафеты и спортивные конкурсы с элементами баскетбола; Турнир по мини-футболу
5. Итоговое занятие		Сдача нормативов по физической подготовке

## **Планируемые результаты:**

### **Предметные:**

- знают правила игры в баскетбол, волейбол, футбол;
- освоена техника игры в защите и нападении;
- обучены тактическим приемам игры.

### **Метапредметные:**

- привит интерес к занятиям спортом;
- сформированы жизненно важные двигательные умения и навыки;
- развиты скоростные и скоростно-силовые способности.

### **Личностные:**

- воспитано чувство ответственности, коллективизма, уважения к партнеру и сопернику;
- сформированы навыки сотрудничества в тренировочных, игровых ситуациях.

**Календарный учебный график** представлен в приложении 1

**Календарный план воспитательной работы** представлен в приложении 2.

**Рабочая программа воспитания** по ссылке <https://shkolakerchomskaya-r11.gosweb.gosuslugi.ru/ofitsialno/dokumenty/?type=18>

## **Условия реализации**

Программа «Спортивные игры» реализуется на базе МОУ Керчомская СОШ. Занятия организуются в спортивном зале, соответствующем требованиям САНПиН и техники безопасности. Также есть возможность заниматься на стадионе при хорошей погоде. Спортивный инвентарь и оборудование (мячи, скакалки, обручи, турник, ворота, сетка и т.д.

## **Формы контроля.**

**Оценочные материалы** представлены в приложении 3.

**Характеристика оценочных материалов программы** представлена в приложении 4.

## **Методические материалы**

Методы и технологии обучения и воспитания

Применение в образовательном процессе технологий личностно – ориентированного обучения позволяет найти индивидуальный подход к каждому ребенку, создать для него необходимые условия комфорта и успеха в обучении. Личностно-ориентированные технологии позволяют осуществить выбор задания, объем материала с учетом сил, способностей и интересов ребенка, создают ситуацию успеха для каждого учащегося, сотрудничества с другими членами коллектива и педагогом.

Особенностью организации обучения является:

- планомерное прибавление вариативности выполнения приёмов игры и широты взаимодействий с партнёрами;
- увеличение собственно соревновательных упражнений в процессе занятий;
- постепенный переход от обучения техническим и тактическим действиям к их совершенствованию на базе роста физических и психических возможностей;
- увеличение объёма тренировочных нагрузок;

- повышение интенсивности занятий.

## Список литературы

### Литература для учителя:

1. Былеев Л.В. Сборник подвижных игр. – М., 1997.
2. Воронина Г.А. Программа регионального компонента «Основы развития двигательной активности младших школьников». Киров, КИПК и ПРО, 2007
3. Лях В.И. Рабочие программы Физическая культура 1-11 классы: М. «Просвещение», 2011
4. Шурухина В.К. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме учебного дня школы. М. Просвещение.1999
5. Яковлев В.Г В.П. Ратников. Подвижные игры. М. Просвещение, 2005г.

### Литература для учащихся:

1. Васильков Г.А., От игр к спорту. – М., 1999.
2. Глязер С.В., Зимние игры и развлечения. – М., 1993.
2. Жуков М.Н., Подвижные игры. – М., 2010.
3. Железняк М.Н., Спортивные игры. – М., 2001.
4. Коротков И.П., Подвижные игры в занятиях спортом. – М., 1998.
5. Миньков Н.Б., Игры и воспитание способностей. – М., 2009.

### Интернет-ресурсы:

1. [https://ypok.pф/library/kompleksi\\_uprazhnenij\\_dlya\\_vipolneniya\\_domashnih\\_zadan\\_145409.html](https://ypok.pф/library/kompleksi_uprazhnenij_dlya_vipolneniya_domashnih_zadan_145409.html)
2. <https://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/srednyaya-i-starshaya-shkola/fizicheskaya-kultura/metodicheskie-materialy/dist-ob-fizk-5-9.html>
3. <https://resh.edu.ru/subject/9/>

## Календарный учебный график

<b>№ занят.</b>	<b>Месяц</b>	<b>Форма занятия</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Место проведения</b>	<b>Форма контроля</b>
<b>1-3</b>	сентябрь	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Техника безопасности. Общефизическая подготовка. Подвижная игра	<b>Спортзал</b>	Опрос Нормативы
<b>4-6</b>	сентябрь	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Общефизическая подготовка. Подвижная игра	<b>Спортзал</b>	Наблюдение
<b>7-9</b>	сентябрь	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Общефизическая подготовка. Гандбол.	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, самоконтроль
<b>10-12</b>	сентябрь	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Общефизическая подготовка. Гандбол. Правила игры в баскетбол	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, самоконтроль
<b>13-15</b>	октябрь	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Правила игры в баскетбол. Прыжковые упражнения.	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, самоконтроль
<b>16-18</b>	октябрь	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Правила игры в баскетбол. Прыжковые упражнения.	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, самоконтроль
<b>19-21</b>	октябрь	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Правила игры в баскетбол. Прыжковые упражнения.	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, самоконтроль
<b>22-24</b>	октябрь	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Баскетбол. Гандбол	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, самоконтроль
<b>25-27</b>	ноябрь	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Баскетбол. Гандбол	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, самоконтроль
<b>28-30</b>	ноябрь	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Баскетбол. Гандбол	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, самоконтроль
<b>31-33</b>	декабрь	Беседа, игра	<b>3</b>	Баскетбол. Гандбол	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, самоконтроль
<b>34-36</b>	декабрь	Беседа, игра	<b>3</b>	Гандбол. Эстафета баскетболистов	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, самоконтроль
<b>37-39</b>	декабрь	Беседа,	<b>3</b>	Техника	<b>Спортзал</b>	Наблюдение,



		рассказ учителя, игра		безопасности. Общефизическая подготовка. Подвижная игра		самоконтроль
<b>40-42</b>	декабрь	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Общефизическая подготовка. Пионербол	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, самоконтроль
<b>43-45</b>	январь	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Общефизическая подготовка. Пионербол	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, самоконтроль
<b>46-48</b>	январь	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Общефизическая подготовка. Пионербол	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, самоконтроль
<b>49-51</b>	январь	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Подвижная игра. Пионербол. Волейбол	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, самоконтроль
<b>52-54</b>	февраль	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Подвижная игра. Пионербол. Волейбол	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, самоконтроль
<b>55-57</b>	февраль	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Подвижная игра. Пионербол. Волейбол	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, самоконтроль
<b>58-60</b>	февраль	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Подвижная игра. Пионербол. Волейбол	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, самоконтроль
<b>61-63</b>	март	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Техника безопасности. Упражнения в движении. Упражнения с мячами	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, самоконтроль
<b>64-66</b>	март	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Упражнения в движении. Упражнения с мячами	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, самоконтроль
<b>67-69</b>	март	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Упражнения в движении. Упражнения с мячами	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, самоконтроль
<b>70-72</b>	март	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Упражнения в движении. Упражнения с мячами	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, самоконтроль
<b>73-75</b>	апрель	Беседа, рассказ	<b>3</b>	Упражнения с мячами. Мини-	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, самоконтроль

		учителя, игра		футбол		
<b>76-78</b>	апрель	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Упражнения с мячами. Мини- футбол	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, самоконтроль
<b>79-81</b>	апрель	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Упражнения с мячами. Мини- футбол	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, самоконтроль
<b>82-84</b>	апрель	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Упражнения с мячами. Мини- футбол	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, самоконтроль
<b>85-87</b>	апрель	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Упражнения с мячами. Мини- футбол	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, самоконтроль
<b>88-90</b>	май	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Участие в соревнованиях. Сдача нормативов	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, самоконтроль
<b>91-93</b>	май	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Участие в соревнованиях. Сдача нормативов	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, нормативы
<b>94-96</b>	май	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Участие в соревнованиях. Сдача нормативов	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, нормативы
<b>97-99</b>	май	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Участие в соревнованиях. Сдача нормативов	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, нормативы
<b>100- 102</b>	июнь	Беседа, рассказ учителя, игра	<b>3</b>	Участие в соревнованиях. Сдача нормативов	<b>Спортзал</b>	Наблюдение, нормативы

**Календарный план воспитательной работы**

<b>№</b>	<b>Направление воспитательной работы</b>	<b>Наименование мероприятий</b>	<b>Дата выполнения</b>	<b>Планируемый результат</b>	<b>Примечание</b>
1	Физическое развитие и культура здоровья	Акция «Лыжня России»	январь	Пропаганда спорта и здорового образа жизни	
2	Гражданско - патриотическое воспитание	Праздник «День защитника Отечества»	22 февраля	Воспитание чувства гордости за свою Отчизну	
3	Физическое развитие и культура здоровья	Акция «Всемирный День Здоровья»	7 апреля	Воспитание положительного отношения к ценности собственной жизни и жизни других людей	

### Оценочные материалы

1. Скоростные качества обучающихся оцениваются на ровной сухой площадке - на стадионе. Допускается проведение испытаний в спортивном зале- в этом случае обучающиеся сдают челночный бег 3\*10 метров
2. Силовые упражнения обучающиеся сдают в спортивном зале. Допускается смена на аналогичные силовые упражнения (например, вместо каната-подтягивания на высокой перекладине).
3. Выносливость оценивается по результатам кросса на 2 км по стадиону. Так же допускается сдача бега в спортивном зале
4. Координация оценивается в спортивном зале при выполнении гимнастических упражнений. Если учащиеся по каким-то причинам не готов к такому упражнению, есть возможность сдать прыжки через скакалку

## Характеристика оценочных материалов программы

## Нормативы для определения уровня подготовки учащихся

Физические способности	Физические упражнения	Мальчики	Баллы	Девочки	Баллы
Скоростные	Бег 60 м с высокого старта с опорой на руку, с	9,0	4	10,0	4
		9,2	3	10,2	3
		9,6	2	10,6	2
Силовые	Лазанье по канату на расстояние 6 м, с	12	4	—	
		14	3		
		16	2		
	Прыжок в длину с места, см	180	4	165	4
		165	3	150	3
		150	2	135	2
				18	4
Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за головой, кол- во раз	—		15	3	
			12	2	
Выносливость	Кроссовый бег 2 км	8 мин 50 с	4	10 мин 20 с	4
		9 мин 45 с	3	11 мин 5 с	3
		10 мин 45 с	2	12 мин 5 с	2
Координация	Выполнение пяти кувырков слитно, с	10,0	4	14,0	4
		12,0	3	14,0	3
		14,0	2	16,0	2
	Прыжки через скакалку, кол. раз			60	4
				45	3
				30	2