

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Тверской области**

**Муниципальное образование Торопецкий район**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Торопецкого района средняя общеобразовательная школа №2**

Калинина ул., д.43, Торопец, 172840

Тел./факс (848268) 2-17-64. E-mail: [toropecschool2@yandex.ru](mailto:toropecschool2@yandex.ru)

Рассмотрена на заседании

педагогического совета

22 августа 2023 г.

Протокол № 8



Директор школы Разуминина И.В.

Приказ № 235 от 22 августа 2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
физкультурно-спортивной направленности**

**«Спортивные игры»**

Возраст учащихся: 13-15 лет.

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель программы:

Королёва Светлана Алексеевна

Педагог дополнительного образования

г. Торопец  
2023 год



## **Раздел №1. «Комплекс основных характеристик программы»**

### **Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная программа «Спортивные игры» разработана на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Конституция Российской Федерации
2. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
3. Федеральный закон от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (ред. от 14.07.2022 г.)
4. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р)
5. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей и признании утратившим силу Распоряжения Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р» (вместе с «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года»)
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
8. Приказ министерства образования и науки Российской Федерации и министерства просвещения Российской Федерации от 5.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ».
9. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 22 февраля 2023 г. N 197/129 "О внесении изменения в пункт 4 Порядка организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 5 августа 2020 г. N 882/391 "Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ"
10. Приказ Минтруда России от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»
11. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»
13. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утверждённых постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28

14. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)» разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.)

15. Письмо Министерства просвещения РФ от 19.03.2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» вместе с «Методическими рекомендациями по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»

17. Приказ Министерства образования Тверской области от 23.09.2022 г. №939/ПК «Об утверждении Регламента проведения независимой оценки качества дополнительных образовательных программ в Тверской области».

**Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно - спортивного направления «Спортивные игры»** предназначена для обучающихся 6-7 классов. Продолжительность занятий составляет 45 минут, проводятся два раза в неделю.

**Целью кружка** является формирование у обучающихся сознательного отношения к своему здоровью, к занятиям физической культурой, овладение навыками игры в баскетбол. Достижение гармоничного развития учащихся в целом.

**Задачи:**

- воспитание у учащихся высоких нравственных, волевых качеств, трудолюбия, активности;
- подготовка физически крепких, ловких, здоровых, сильных и способных преодолевать любые трудности в жизни;
- формирование жизненно важных умений и навыков
- Развитие двигательных качеств в спортивных играх-координации, ловкости, выносливости.
- Научить играть в спортивные игры.
- Привить обучающимся любовь и потребность к занятиям физкультурой и спортом.

**Раздел воспитания**

- добродетели (справедливость, любовь к ближнему, преданность, доброта, сочувствие, скромность, вежливость, верность, обязательность, щедрость, милосердие и т.п.);
- ценности (счастье, радость, ценность жизни, ценность личности, ценность взаимоотношений, ценность свободы воли, ценность сознания, дружба, ценность труда, достоинство, ценность интеллекта, ценность самовыражения, ценность истины, ценность веры и т.д.);
- этика отношения к окружающим;
- этика отношений в коллективе;
- этика общения (правила хорошего тона, этика общения с противоположным полом, с людьми старшего и младшего возраста);
- внешняя и внутренняя этика;
- этика гражданина страны и т.д.

## Содержание программы

**Знания о физической культуре** (в процессе занятий):

**Физическая культура и спорт.** Возникновение и история физической культуры. Достижения российских спортсменов.

**Гигиена, предупреждение травм, Личная гигиена.** Двигательный режим школьников-подростков. Оздоровительное и закаляющее влияние естественных факторов природы (солнце, воздух и вода) и физических упражнений.

**Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь.** Правила соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным играм.

**Физическое совершенствование:**

**«Русская лапта»**

Правила игры. Техника передвижения. Ловля и передача мяча. Техника удара битой. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика игры.

**Пионербол.**

Правила игры, перемещения. Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки. Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Подача мяча. Прием высоко летящего мяча. Взаимодействие игроков передней линии при приеме мяча. Учебные игры и соревнования.

**Баскетбол.**

Основы техники и тактики. Техника передвижения Повороты в движении. Сочетание способов передвижений. Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока. Ловля мяча одной рукой на уровне груди. Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трех очковой линии. Ведение мяча с изменением высоты отскока. Ведение мяча с изменением скорости. Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока. Групповые действия. Учебная игра.

**Футбол.**

Правила игры.

**Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности (6-7 классов).**

Тематическое планирование	Характеристика видов деятельности учащихся
<b>Физическое совершенствование (68 ч)</b>	
<b>Русская лапта 14 ч.</b>	
<p>Инструктаж по ТБ. Правила игры, перемещения. Техника передвижения. Ловля и передача мяча. Техника удара битой. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.</p>	<p>Изучают историю игры «Русская лапта». Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.</p>
<b>Пионербол 14 ч.</b>	
<p>Инструктаж по Т.Б. Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки. Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая. Взаимодействие игроков передней линии при приеме Учебные игры и соревнования.</p>	<p>Изучают историю волейбола и запоминают имена выдающихся отечественных волейболистов — олимпийских чемпионов. Овладевают основными приёмами игры в пионербол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности</p>
<b>Баскетбол 20 ч.</b>	
<p>Инструктаж по Т.Б. Основы техники и тактики. Техника передвижения Повороты в движении. Сочетание способов передвижений. Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока. Ловля мяча одной рукой на уровне груди. Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трех очковой линии. Ведение мяча с изменением высоты отскока. Ведение мяча с изменением скорости. Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока. Групповые действия. Учебная игра</p>	<p>Изучают историю баскетбола и запоминают имена выдающихся отечественных спортсменов — олимпийских чемпионов. Овладевают основными приёмами игры в баскетбол Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности</p>
<b>Футбол 20ч.</b>	

<p>Инструктаж по Т.Б. Стойки игрока Перемещение в стойке Остановки, ускорения 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</p>	<p>Изучают историю футбола и запоминают имена выдающихся отечественных футболистов. Овладевают основными приёмами игры в футбол Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности</p>
<p><b>Знания о физической культуре (в процессе уроков)</b></p>	
<p><b>История физической культуры.</b> Мифы и легенды о зарождении Олимпийских игр древности Физическая культура (основные понятия).</p> <p><b>Физическое развитие человека.</b> Характеристика его основных показателей Осанка как показатель физического развития человека.</p> <p><b>Правила соревнований,</b> Правила игры: Русская лапта, пионербол, баскетбол, футбол.</p>	<p>Характеризовать Олимпийские игры как яркое культурное событие древнего мира. Рассказывать о видах спорта, входящих в программу соревнований Олимпийских игр древности</p> <p>Характеризовать понятие «физическое развитие», приводить примеры изменения его показателей, сравнивать показатели физического развития родителей со своими показателями. Изучают правила спортивных игр ,применяют их на практике.</p>

### Планируемые результаты освоения обучающимися деятельности

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.

*Личностные результаты* обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей; *предметные* – через формирование основных элементов научного знания, а *метапредметные* результаты – через универсальные учебные действия (далее УУД).

**Личностные результаты** отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:

- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

**Метапредметные результаты:**

способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;

- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;
- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

#### **Виды УУД**

Личностные	Регулятивные	Познавательные	Коммуникативные
1. Самоопределение 2. Смысло-образование	1. Соотнесение известного и неизвестного 2. Планирование 3. Оценка 4. Способность к волевому усилию	1. Формулирование цели 2. Выделение необходимой информации 3. Структурирование 4. Выбор эффективных способов решения учебной задачи 5. Рефлексия 6. Анализ и синтез 7. Сравнение 8. Классификации 9. Действия постановки и решения проблемы	1. Строить продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами 2. Постановка вопросов 3. Разрешение конфликтов

#### ***Оздоровительные результаты программы:***

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

**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.

#### **Способы проверки результатов**

- зачеты по теоретическим основам знаний;
- мониторинг личностного развития воспитанников;
- социометрические исследования;
- диагностирование уровня физического развития, функциональных возможностей детей;

- тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков;
- участие в соревнованиях;

## Раздел № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

### МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Занятия проводятся в спортивном зале, а также на оборудованной спортивной площадке.

Для проведения занятий имеется следующее оборудование и инвентарь:

1. Сетка волейбольная - 2 шт.
2. Стойки волейбольные - 2 шт.
3. Гимнастическая стенка - 2 пролета
4. Гимнастические скамейки - 2 шт.
5. Гимнастические маты - 6 шт.
6. Скакалки -15 шт.
7. Мячи набивные (масса 1 кг) - 5 штук
9. Мячи волейбольные - 8 шт.
10. Рулетка -1 шт.
11. Компьютерная техника -1 шт.

#### 13. Литература:

- Внеклассные мероприятия по физкультуре в средней школе/ М.В.Видякин.- Волгоград: Учитель, 2006.
- Фурманов А Г. Волейбол на лужайке, в парке, на траве. М., 1992.
- Фидлер М. Волейбол. М., 2002.
- Энциклопедия «Аванта +», 2006

2023- 2024  
Год обучения

### Календарный учебный график

#### Дополнительной общеобразовательной программы на 2023/2024 учебный год

недели

04.09- 08.09	2
11.09 – 15.09	2
18.09 -22.09	2
25 .09- 29.09	2
02 .10- 06.10	2
16.10 -20.10	2
23.10 -27.10	2
30.10-03.11	к
06.11 -10.11	2
13 .11- 17.11	2
20 .11- 24.11	2
27.11 – 01.12	2
04.12 – 08.12	2
11.12 – 15.12	2
18.12 – 22.12	2
25.12-29.12	2
01.01 – 05.01	к
08.01 – 12.01	2
15.01 – 19.01	2
22.01 – 26.01	2
29.01 – 02.02	2
05.02 – 09.02	2
12.02 – 16.02	2
19.02 – 23.02	2
26.02 – 01.03	2
04.03 – 07.03	2
11.03 – 15.03	2
18.03-22.03	к
25.03 -29.04	2
01.04 – 05.04	2
08.04 – 12.04	2
15.04 – 19.04	2
22.04 – 26.04	2
29.04 – 03.05	2
06.05 -10.05	2
13.05 – 17.05	2
20.05 – 24.05	2

1 – количество часов в неделю

к — каникулы

**22.05 – 26.05** – промежуточная аттестация

Количество недель/часов 34 нед./ 68 час.

### Календарно-тематическое планирование

№	Название темы	Форма организации	Кол-во часов	Дата
	<b>Русская лапта</b>		<b>14</b>	
1	ТБ на занятиях. Правила игры.	Теор., Такт.	1	
2	Правила игры. Перемещения.	Теор., Такт.	1	
3	Ловля и передача мяча. Игровые моменты.	Теор., Такт.	1	
4	Ловля и передача мяча. Игровые моменты.	Теор., Такт.	1	
5	Техника удара битой. Эстафета.	Теор., Такт.	1	
6	Техника удара битой. Игра «Ручной мяч»	Теор., Такт.	1	
7	Тактика игры, техника удара битой.	Теор., Такт.	1	
8	Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	Теор., Такт.	1	
9	Учебная игра.	Теор., Такт.	1	
10	Учебная игра.	Теор., Такт.	1	
11	Групповые действия. Индивидуальные действия.	Теор., Такт.	1	
12	Учебная игра.	Теор., Такт.	1	
13	Учебная игра.	Теор., Такт.	1	
14	Учебная игра.	Такт., контроль	1	
	<b>Пионербол</b>		<b>14</b>	
15	ТБ. Техника нападения. Действия без мяча.	Теор., Такт.	1	
16	Перемещения и стойки.	Теор., Такт.	1	
17	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность.	Теор., Такт. ОФП	1	
18	Передача на точность. Верхняя передача мяча в парах.	Теор., Такт.	1	
19	Подача мяча через сетку.	Теор., Такт.СФП	1	
20	Подача мяча через сетку.	Теор., Такт.	1	
21	Прием мяча двумя руками.	Теор., Такт.	1	
22	Прием мяча двумя руками. Прием высоко летящего мяча.	Теор., Такт.	1	
23	Групповые действия игроков.	Теор., Такт.	1	
24	Взаимодействие игроков передней линии при приеме от подачи.	Теор., Такт. ОФП	1	
25	Командные действия. Прием подач.	Теор., Такт.	1	
26	Расположение игроков при приеме. Техника и тактика игры в пионербол.	Теор., Такт.	1	
27	Учебные игры и соревнования.	соревнования	1	
28	Учебные игры и соревнования.	соревнования	1	
	<b>Баскетбол.</b>		<b>20</b>	
29	Основы техники и тактики. Техника передвижения. ТБ на занятиях.	Теор., Такт.	1	
30	Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.	Теор., Такт.	1	
31	Техника нападения.	Теор., Такт.	1	

		ОФП		
32	Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока.	Теор., Такт.	1	
33	Ловля мяча одной рукой на уровне груди.	Теор., Такт.	1	
34	Броски мяча двумя руками с места.	Теор., Такт.	1	
35	Штрафной бросок	Теор., Такт.	1	
36	Бросок с трех очковой линии.	Теор., Такт.	1	
37	Ведение мяча с изменением высоты отскока.	Теор., Такт. ОФП	1	
38	Ведение мяча с изменением скорости.	Теор., Такт.	1	
39	Обманные движения.	Теор., Такт.	1	
40	Обводка соперника с изменением высоты отскока.	Теор., Такт.	1	
41	Взаимодействие игроков с заслонами.	Теор., Такт.	1	
42	Групповые действия. Учебная игра	Такт.	1	
43	Эстафеты Спортивные соревнования.	Теор., Такт.	1	
44	Броски в кольцо.	Теор., Такт.	1	
45	Игра в защите. Защита зоны.	Теор., Такт.	1	
46	Игра в защите. Личная защита.	Теор., Такт.	1	
47	Игра в нападении. Учебная игра.	Теор., Такт.	1	
48	Учебная игра.	Контроль	1	
	<b>Футбол</b>		<b>20</b>	
49	ТБ на занятиях по футболу. Правила игры.	Теор., Такт.	1	
50	Остановка катящегося мяча. Эстафета.	Теор., Такт.	1	
51	Остановка катящегося мяча. Игра по упрощенным правилам.	Теор., Такт.	1	
52	Ведение мяча. В различных направлениях.	Теор., Такт.	1	
53	Ведение мяча. В различных направлениях.	Теор., Такт.	1	
54	Удар по мячу носком и головой.	Теор., Такт.	1	
55	Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	Теор., Такт.	1	
56	Судейство. Жесты судьи. Учебная игра в футбол.	Теор., Такт.	1	
57	Судейство. Жесты судьи. Учебная игра в футбол.	Теор., Такт.	1	
58	Игра вратаря. Мини-футбол.	Теор., Такт.	1	
59	Удар по мячу внешней частью подъема.	Теор., Такт.	1	
60	Удар по воротам.	Теор., Такт.	1	
61	Удар по воротам. Учебная игра.	Теор., Такт.	1	
62	Игра в футбол по упрощенным правилам.	Теор., Такт.	1	
63	Игра в защите. Защита зоны.	Теор., Такт.	1	
64	Игра в нападении. Учебная игра.	Теор., Такт.	1	
65	Подвижная игра по выбору детей.	Теор., Такт.	1	
66	Учебная игра в футбол. Отрабатывать технику ведения мяча.	Теор., Такт.	1	
67	Техника передачи мяча. Прием мяча головой.	Теор., Такт.	1	
68.	Учебная игра в футбол.	контроль	1	

## **Список литературы**

### **для учителя:**

1. Волейбол/Под ред. А. Г. Айриянца. М., 1996г.
- 2.Жаров К. П. Волевая подготовка спортсменов. М., 1996 г.
3. Железняк Ю. Д. Тактическая подготовка волейболистов. Смоленск, 1995г.
4. Железняк Ю. Д. 120 уроков по волейболу. М., 2000 г.
5. Железняк Ю. Д. К мастерству в волейболе. М., 1998 г.
6. Железняк Ю. Д. и др. О методах и организации отбора в спортивные школы по волейболу. М., 1991 г.
1. Ивойлов А. В. Волейбол. М., 2004 г.
2. Медицинский справочник тренера. М., 2006 г.
9. О з о л и н Н. Г. Современная система спортивной тренировки. М., 2002.

### **для воспитанников**

1. Внеклассные мероприятия по физкультуре в средней школе/ М.В.Видякин.- Волгоград: Учитель, 2006 г.
2. Фурманов А Г. Волейбол на лужайке, в парке, на траве. М., 1992 г.
3. Фидлер М. Волейбол. М., 2002 г.
4. Энциклопедия «Аванта +», 2006 г.