

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Ступинская средняя школа №14»**

Утверждаю  
Директор МКОУ «Ступинская СШ №14»  
\_\_\_\_\_ И.А.Шариков  
Приказ № 84 от 31.08. 2022г.  
Рассмотрено методическим объединением  
Протокол № 1 от 26.08 2022г.

**Рабочая программа**

**Кружка**

**Спортивные игры**

**Направление : спортивно-оздоровительное**

3 часа в неделю (всего 102 часов)

*Срок реализации:* 2022-2023 учебный год

**Автор-составитель**

Педагог:

Панин Сергей Витальевич

**2022**

## РАЗДЕЛ I

### ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа курса внеурочной деятельности «Спортивные и подвижные игры» относится к спортивно-оздоровительному направлению реализации внеурочной деятельности в рамках ФГОС и составлена на основе:

- Федерального Государственного стандарта основного общего образования

Данная программа является модифицированной, составлена на основе плана и программ:

- Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич. - М.:Просвещение, 2008г., допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации

- Григорьев, Д. В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор : пособие для учителя / Д. В. Григорьев, П. В. Степанов. – М. : Просвещение, 2010. – 223 с. – (Стандарты второго поколения).

- Формирование универсальных учебных действий в основной школе: от действия к мысли. Система заданий : пособие для учителя / под ред. А. Г. Асмолова. – М. : Просвещение, 2010. – 159 с. – (Стандарты второго поколения).

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

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

**Задачи программы** направлены на:

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

**Планируемые результаты кружка:**

**Личностные результаты:**

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

### **Метапредметные результаты.**

#### **Регулятивные УУД:**

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

#### **Познавательные УУД:**

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

#### **Коммуникативные УУД:**

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

#### **Предметные результаты:**

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

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

К концу года учащийся овладеет

- Основами спортивной терминологии по спортивным играм, лёгкой атлетике, спортивной гимнастике;
- Технику безопасности , применяемую в базовых видах спорта;
- Правилам судейства соревнований в изучаемых видах спорта
- Историей возникновения Олимпийских игр;
- Правилами здорового образа жизни;
- Техникой и тактикой командных действий;
- Техникой приёма, передачи, подачи мяча в волейболе;
- Техникой ловли-передачи, ведения, бросков мяча в баскетболе;

- Техниккой бега на короткие дистанции в лёгкой атлетике;
- Техниккой кувырков, прыжков, стоек в гимнастике;
- Навыкками оказания первой медицинской помощи при травмах;

**Формаами подведения итогов** освоения программы кружка являются:

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

## РАЗДЕЛ II

### Содержание программы

**Сроки реализации программы:** 2 года. Занятия проводятся 1 раз в неделю в течение года.

Всего – 68 ч.

Основной **формой** проведения кружка является –**групповая**

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

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

### Учебно-тематический план

№ п/п	Тема	Содержание
1.	Введение	(2ч.) Знакомство с программой занятий. Основы знаний о спортивных и подвижных играх: понятия правил игры, выработка правил игры. Инструктаж по технике безопасности. Разработка макетов буклетов по видам игр.
2.	Спортивные игры Футбол Русская лапта Волейбол Гандбол. Баскетбол.	(100ч.) Бег в среднем темпе, эстафеты с мячом, самостоятельно играют в разученные игры с мячом. В содержание включаются такие подвижные игры: Эстафеты с ведением мяча, с передачей после ведения, змейкой и зигзагом, эстафета «Забрось мяч в кольцо» , «Школа мяча» , «Перестрелка» , «Лапта», «Запятнай последнего» , «10 передач» , «Пять бросков», «Эстафета футболистов», «Эстафета баскетболистов».
ИТОГО		(102ч.)

## РАЗДЕЛ III

### Календарно-тематическое планирование

№п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов
<b>Введение</b>			<b>2</b>
1		Инструктаж по технике безопасности. Основы знаний подвижной и спортивной игр. Правила игры и судейства.	2
<b>Спортивные игры</b>			<b>100</b>
<b>Волейбол</b>			<b>42</b>
2		Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки.	5
3		Действия с мячом. Передача мяча двумя руками.	5
4		Передача на точность. Встречная передача	2
5		Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.	5
6		Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование.	5
7		Групповые действия игроков. Взаимодействие игроков передней линии при приеме от подачи	5
8		Командные действия. Прием подач. Расположение игроков при приеме.	5
9		Групповые действия игроков.	5
10		Контрольные игры и соревнования.	5
<b>Гандбол.</b>			<b>10</b>
11		Ручной мяч. Основные правила игры.	2
12		Спортивная одежда и обувь. Техника игры в нападении и защите.	2
13		Стойки и перемещения, остановки. Ловля и передача мяча двумя руками на месте и в движении.	2
14		Ведение мяча и бросок. Отбор и выбивание мяча. Блокирование броска.	2
15		Игра вратаря. Подготовка к соревнованиям. Соревнования.	2
<b>Русская лапта</b>			<b>15</b>
16		Предупреждение травматизма и оказание первой помощи при обучении детей игре «Русская лапта». Основы техники игры. Техническая подготовка игроков в лапту: стойка игрока, техника ударов битой по мячу, перебежки, осаливание, и переосаливание.	3
17		Ловля мяча и передача в парах. Выбор биты. Удары битой по мячу сверху.	3
18		Ловля и передача мяча, осаливание. Двусторонняя игра. Передача, удары битой сверху, метание в цель.	3
19		Комплексные упражнения, комбинации. Закрепление навыков игры и знакомство с основными правилами	3
20		Командные игры и соревнования.	3

<b>Баскетбол.</b>			<b>18</b>
21		Основы техники и тактики. Техника нападения. Техника передвижения.	2
22		Техника владения мячом.	2
23		Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трехочковой линии.	2
24		Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости ведения.	2
25		Ловля мяча двумя руками с низкого отскока, одной рукой на уровне груди.	2
26		Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.	2
27		Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока.	2
28		Взаимодействие игроков с заслонами.	2
29		Групповые действия.	2
<b>Футбол</b>			<b>15</b>
30		Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой	3
31		Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения.	3
32		Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.	3
33		Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	3
34		Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.	3
		<b>Итого</b>	<b>102</b>

### **Информационно-методическое обеспечение**

- малые и большие мячи, скакалки, канат, скамейки гимнастические, обручи, гантели 1 кг, диски CD с фонограммами, музыкальный центр.

**Для учителя:**

1. Гришина Г.Н «Любимые детские игры» серия «Вместе с детьми», Москва, ООО «ТЦ Сфера», 1999 г., - 96 с., ISBN 5-89144-012-1;
2. Кенеман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» под ред. Т.И.Осокиной, Москва, Просвещение, 1989 г.- 239 с., ISBN 5-09-002913-X
3. Ковалёва Е.А. «Игры на свежем воздухе для детей и взрослых» серия «Азбука развития», Москва, ООО «ИД РИПОЛ классик», ISBN 978-5-7905-4426-2, ООО «. ДОМ. XXI век, 2007 г.,-189 с., ISBN 978-5-91213-003-8;
4. Ковалько В. И. «Здоровье - сберегающие технологии», Москва «Вако», 2004 г.
5. Колесникова С.В. «Детская аэробика: Методика, базовые комплексы». Ростов н/д.: Феникс, 2005.-157.: ил.- (Школа развития)
6. Осокина Т. И. «Детские подвижные игры народов», Москва «Просвещение», 1989 г.
7. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Начальная школа (сост.Е. С. Савинов). — М. : Просвещение, 2010. (Стандарты второго поколения).
8. Рабочие программы по физической культуре. 1-11 классы (по программам В.И. Ляха) 2007.- 126с-(Образовательный стандарт).
9. Степанова О.А «Игра и оздоровительная работа в школе», серия «Игровые технологии», Москва ООО «ТЦ Сфера» 2004 г., ISBN 5-89144-323-6,- 144 с.;

10. Фролов В. Г. «Физкультурные занятия на воздухе с детьми» Москва «Просвещение», 1983 г.
11. ФГОС 2 поколения
12. Шевченко И. В. «Вместе весело играть», Ростов-на-Дону «Феникс», 2002 г.

#### **Интернет-ресурсы**

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