

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение города Кургана
«Средняя общеобразовательная школа № 5»

ПРИНЯТО

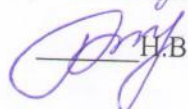
педагогическим советом

протокол №1 от
«30» августа 2019 г.

СОГЛАСОВАНО

Советом Родителей

протокол № 1
«30» августа 2019 г.


Н.В.Маслов

УТВЕРЖДАЮ

Директор

 С.И. Комарских

приказ № 340
от «30» августа 2019 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
секции «Спортивные игры»

Спортивно - оздоровительной направленности.

Возраст обучающихся: 13-17 лет.

Срок реализации: 1 год.

Автор:

Учитель физической культуры

Багрецов Андрей Николаевич.

г. Курган 2019

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Спорт игры» разработана на основе ФГОС, программы «Спорт игры» и «Внеурочная деятельность учащихся Баскетбол» авторы: Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М. «Просвещение» 2013г.

Программа составлена и разработана в соответствии:

- федеральным законом от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно –эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденный постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 года № 41.
- постановлением Главного санитарного врача РФ от 29.12.2010 № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям организации обучения в общеобразовательных учреждениях"» (далее СанПиН 2.4.2.2821-10);
- приказом Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 25.12.2016 № 72 «О внесении изменений № 2 в СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;

При разработке программы были учтены методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242), методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ общеразвивающих программ в Курганской области, рекомендованные письмом Департамента образования и науки Курганской области от 21.07.2017 г. № 1661/9, положение о рабочей программе по ФГОС МБОУ « СОШ № 5».

Цели и задачи:

Целесообразность программы - в овладении физической, технической и тактической подготовками спортивными игр занимающимися для успешного участия в лицейских и районных соревнованиях.

В процессе работы по изучению спортивных игр решаются следующие задачи:

1. Воспитание у школьников потребности в систематическом занятии физической культурой, привития основ здорового образа жизни

2. Развитие духовных и физических качеств личности

3. Освоение знаний: по содержанию и направленности физических упражнений на укрепление своего здоровья.

4. Формирование умений: правильное выполнение приемов данных спортивных игр, владение индивидуальными и групповыми действиями, знания правил соревнований. Реализация указанных целей обеспечивается содержанием программы «Спортивные игры», которая систематизирует умения, а так же выполнение практических заданий по данным спортивным играм.

Количество часов: 68 часов., (2 часа в неделю)

Уровень программы: базовый

Адресат: предназначена для работы с учащимися 5—11 классов, проявляющими интерес к физической культуре и спорту, легкой атлетике, имеющие допуск от врача, которые выполняют правила поведения и техники безопасности.

Актуальность программы - в повышении интереса учащихся к занятиям спортив

ных игр. В процессе изучения данной программы учащиеся имеют возможность расширить свои знания и приобрести практические навыки по

спортивным играм: баскетбол, стрит-бол, волейбол, футбол,

мини-футбол.

Программа «Спортивные игры» является продолжением курса

«Физическая культура» раздела: спортивные игры.

Направленность программы «Спортивные игры» - развивающая, ориентирована на создание у школьников представления о данных спортивных играх, направленных на развитие физических качеств и укрепление здоровья.

Планируемый результат: В результате изучения спортивных игр учащийся должен:

Знать: - правила техники безопасности на занятиях, правила соревнований, находить и объяснить ошибки в технике выполнения приемов и игровых ситуаций.

Уметь: - выполнять технически правильно приемы спортивных игр, соблюдать правила соревнований во время спортивной игры, уметь судить соревнования.

Универсальными компетенциями учащихся являются:

- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.
- доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.
- организовывать и проводить легкоатлетические упр. во время самостоятельных занятий.

Личностными результатами освоения учащимися являются следующие умения:

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами учащихся являются следующие умения:

- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами учащихся являются следующие умения:

- организовывать и проводить со сверстниками легко атлетические упр. и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях

Методы обучения.

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям спортивных игр и более успешного решения образовательных, воспитательных задач на занятиях рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий

Практические методы:

метод упражнений (многократное повторение движений)

метод соревновательный (применяется после образования необходимых навыков)

Формы обучения: индивидуальный, групповой, фронтальный, поточный.

Срок реализации программы - 1год.

Режим занятий - 3 занятия в неделю по 40 минут.

Способы проверки результатов:

беседы с учащимися по изученным теоретическим темам

анкетирование

сдача нормативов по общей и специальной физической подготовке

выполнение технических приемов

участие в соревнованиях

оказание помощи в судействе

Учебный план

№ п/п	Наименование разделов и тем	кол-во часов	теория	практика	Формы аттестации, контроля
1	Основы знаний	3	в процессе занятий	3	Контроль соблюдения техники безопасности.
2	Специально-беговые упражнения (СБУ),	10	в процессе занятий	10	Выполнение контрольных упражнений.
3	Специально-прыжковые упражнения(СПУ)	10	в процессе занятий	10	Выполнение контрольных упражнений.
4	Бег на короткие, средние, длинные дистанции, прыжки в длину	5	в процессе занятий	5	Выполнение контрольных упражнений.
5	Броски набивного мяча, метание мяча	8	в процессе занятий	8	Выполнение контрольных упражнений.
6	Акробатические упражнения	2	в процессе занятий	2	Выполнение контрольных упражнений.
7	Упражнения в висах и упорах, в равновесии	5	в процессе занятий	5	Выполнение контрольных упражнений.
8	Развитие скоростных качеств	5	в процессе занятий	5	Выполнение контрольных

					упражнений.
9	Передвижения, ведение, передачи, броски в кольцо	5	в процессе занятий	5	Выполнение контрольных упражнений.
10	Сочетание приемов, действия в защите и нападении	5	в процессе занятий	5	Выполнение контрольных упражнений.
11	Передвижения, передачи, подачи, нападающий удар, блокирование)	2	в процессе занятий	2	Выполнение контрольных упражнений.
12	Перемещения, ведение, передачи, обводки, удары по воротам	2	в процессе занятий	2	Наблюдение за учащимися во время тренировочных занятий и соревнований
13	Физическая подготовка (офпсфп)	1	в процессе занятий	2	Контроль выполнения установок во время тренировок и соревнований
14	Судейская практика	5	в процессе занятий	5	Наблюдение за учащимися во время тренировочных занятий и соревнований
15	Всего часов	68			Мониторинг результатов по окончанию курса

Форма подведения итогов: участие в соревнованиях по спорт играм на школьном и муниципальном уровнях.

Формы аттестации:

Наблюдение за учащимися во время тренировочных занятий и соревнований.

Мониторинг результатов по окончанию курса обучения.

Контроль соблюдения техники безопасности.

Привлечение учащихся к судейству соревнований школьного уровня.

Выполнение контрольных упражнений.

Контроль выполнения установок во время тренировок и соревнований.

Результаты соревнований.

№п/п	Разделы подготовки	Количество часов
1	Обучение и совершенствование техники	11
2	Общая физическая подготовка	25
3	Специальная физическая подготовка	5
4	Соревнования и прикидки	25
5	Приемные и переводные испытания	2

КАЛЕНДАРНЫЙ ГРАФИК

№ П/П	ТЕМА ЗАНЯТИЯ	часы	Формы аттестации, контроля	дата
1	БАСКЕТБОЛ Знакомство с основными правилами игры История возникновения игры	2		
2	Передвижение, прыжки, остановки и	2		

	повороты			
3	Ловля мяча летящего на средней высоте, высоко, низко Ловля мяча одной рукой.	2		
4	Передача мяча двумя руками от груди, сверху снизу и от пола	2		
5	Передача мяча одной рукой от плеча, сверху, снизу.	2		
6	Бросок одной рукой от плеча в прыжке снизу и «крюком»	2		
7	Бросок двумя руками: снизу, сверху, от груди.	2		
8	Ведение мяча: низкое, высокая.	2		
9	Финты без мяча, с мячом. Ложная передача	2		
10	Ложный бросок, ложное ведение	2		
11	Заслон статический: бросковый на проход	2		
12	Заслон подвижной	2		
13	Защита: стойка, передвижение, перехват	2		
14	Защита: вырывание, выбивание, накрывание, финты	2		
15	Нападение. Быстрый прорыв	2		
16	Позиционное нападение	2		
17	Нападение с использованием высокорослых центровых игроков. Одним центровым	2		
18	Нападение с двумя центровыми	2		
19	Непрерывное нападение со сменой мест	2		
20	Нападение без центрового игрока	2		
21	Нападение против зонной защиты	2		
22	Нападение против прессинга	2		

23	Групповое действие. Передача и рывок в корзине	2		
24	Бросок, проход из-за заслона наведением. Передача после прохода	2		
25	Взаимодействие двух игроков задней линии и крайнего нападающего	2		
26	Взаимодействие центрального игрока, игрока задней линии, крайнего нападающего	2		
27	Взаимодействие центрального игрока и двух игроков задней линии	2		
28	Взаимодействие центрального игрока и двух крайних нападающих	2		
29	Защита. Командные действия. Личная защита	2		
30	Зонная защита	2		
31	Зонный прессинг	2		
32	Смешанная защита.	2		
33	Подстраховка, переключение, проскальзывание «ловушка», «треугольник отскока»	2		
34	Действие защитников при пробитии штрафных и розыгрыше спорных мячей	2		

Содержание программы

Теория:	История отечественного спорта. Лучшие спортсмены. Режим, личная гигиена, закаливание, рациональное питание. Здоровый образ жизни. Вредные привычки
---------	---

Общая физическая подготовка	обще-развивающие упражнения (ОРУ), специально- беговые упражнения (СБУ), специально-прыжковые упражнения(СПУ),
Специальная физическая подготовка	развитие скоростных качеств, скоростно-силовых качеств, выносливости, гибкости,координации движений,ловкости
Техническая подготовка по баскетболу	передвижения, ведение, передачи, броски в кольцо, сочетание приемов, действия в защите и нападении, финты)
Техническая подготовка по волейболу	передвижения, передачи, подачи, нападающий удар, блокирование)
Техническая подготовка по футбол, мини-футболу	перемещения, ведение, передачи, обводки, удары по воротам)
Прием контрольных нормативов	нормативы развития физических качеств и овладения техникой выполнения приемов спортивных игр
Участие в соревнованиях	участие в лицейских и районных соревнованиях, матчевых встречах.

Организационно-педагогические условия.

кадровые условия : учитель 1 категории **стаж работы:** 7 лет

образование: Высшее профессиональное

квалификация: Специалист по физической культуре и спорту.

Материально-техническое обеспечение программы

1. Спортивный зал.
2. Уличная площадка.
3. Волейбольные, баскетбольные, футбольные, набивные мячи.
4. Шведские стенки, гимнастическое оборудование и т.п.
5. Компьютеры с выходом в Интернет, экраны, проекторы.
6. Хорошо оборудованный школьный стадион.

Методическое обеспечение программы: спортивная литература, видеофрагменты, таблицы, методические пособия по спорт играм, методике занятий и тренировок. Правила соревнований, инструкции по технике безопасности.

Список литературы.

- «Внеурочная деятельность учащихся Баскетбол» авторы: Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М. «Просвещение» 2013г.
-
- журналы «Физкультура в школе».
-
- «Игры в тренировке баскетболистов» Санкт-Петербург 2009 г.
-
- комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классы. В.И. Лях А. А. Зданевич М. Просвещение, 2010г.

-
- примерная рабочая программа по физической культуре В. И. Лях М. Просвещение, 2011г.
-
- программы «Организация работы спортивных секций в школе» А. Н. Каинов 2014г.
-
- «300 соревновательно – игровых заданий по физическому воспитанию» И.А. Гуревич, Минск 2004 год.

Интернет ресурс: 1. <http://reftrend.ru/835574.html> 2. http://www.do-oc.ru/index.php?id=679&Itemid=99999999&option=com_content&task=view 3. <http://www.slamdunk.ru/others/literature/basketlessons?Id=2146> 4. http://avangardsport.at.ua/blog/komandnye_dejstvija_v_napadenii/2012-05-31-14#.VMpdFWua6U 5. <http://леснаяшкола.рф/documents/Uroki/Basketbol.pdf>