


Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
"Тоншерминская средняя общеобразовательная школа"
Тетюшского муниципального района РТ

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР

 Добридень Т.Ф./

Протокол № 4
от 30.01.2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

 Галимов Ф.В./

Приказ № 10 -о/д
от 30.01.2025 г.



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

(5-11 класс)

Тоншерма

2025 год

Оглавление

1. Комплекс основных характеристик программы

- 1.1. Пояснительная записка.....
- 1.2. Цель и задачи программы.....
- 1.3. Содержание программы.....
- 1.4. Планируемые результаты.....

2. Комплекс организационно-педагогических условий

- 2.1. Календарный учебный график.....
- 2.2. Условия реализации программы.....
- 2.3. Формы аттестации/ контроля и оценочные материалы....

Список литературы.....

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Спортивные игры» разработана в соответствии с: - Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (с изменениями и дополнениями);

- Федеральным законом от 24.07.1998 № 124 – ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ (в редакции 2023г.);
- Федеральным законом от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»; - Федеральным законом от 13 июля 2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере»; - Указом Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовнонравственных ценностей»;
- Указом Президента Российской Федерации от 24 декабря 2014 г. № 808 «Об утверждении Основ государственной культурной политики» (в редакции от 25 января 2023 г. № 35);
- Постановлением 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»;
- Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678 – р «Об утверждении Концепции дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р; - Стратегии научно-технологического развития Российской Федерации, утверждённая Указом Президента Российской Федерации от 1 декабря 2016 г. № 642;
- Методических рекомендаций «Разработка дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в образовательных организациях Свердловской области. – Екатеринбург: ГАНУ СО «Дворец молодежи», РМЦ, 2023./составитель: Н.Э.Климова, старший методист РМЦ;
- Приказом Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 г. № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «реализация дополнительных общеобразовательных программ» в соответствии с социальным сертификатом»;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Уставом МБОУ «Тоншерминская СОШ»;
- С учетом плана мероприятий по реализации Концепции сокращения потребления алкоголя в Российской Федерации на период до 2030 года и дальнейшую перспективу, утвержденного распоряжением Правительства Российской Федерации от 7 декабря 2024 г. № 3610-р.

Направленность. Программа относится к программам физкультурно-спортивной направленности.

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время предметам спортивной направленности уделяется большое внимание. Программа позволит учащимся восполнить

недостаток навыков и овладеть необходимыми приёмами игры во внеурочное время, так как количество учебных часов, отведённых на изучение данного раздела в школьной программе, недостаточно для качественного овладения игровыми навыками и в особенности тактическими приёмами. Реализация программы восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у подростков, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма. Так же занятия способствуют укреплению не только физического, но и психического здоровья, развитию лидерских качеств, преодолению определенных комплексов.

Целевая группа ДОП: Программа предназначена для работы с обучающимися 11-17 лет (5-11 классы).

Режим занятий – периодичность и продолжительность занятий: Продолжительность одного академического часа – 40 мин. Общее количество часов в неделю – 1 час. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу. Обучающиеся 11-17(5-9 классов) занимаются одновременно.

Объем программы: 34 академических часа в год

Срок освоения программы: Программа рассчитана на 1 год обучения, 34 академических часа в учебный год.

Особенности организации образовательного процесса: Программа включает в себя 1 уровень: базовый.

Формы обучения: очная, индивидуально-групповая.

Виды занятий: практические и творческие работы

Формы подведения итогов: соревнования, игры.

1.2.Цель программы: формирование интереса и потребности к занятиям физической культурой и спортом, популяризация игры в волейбол среди учащихся образовательного учреждения, пропаганда ЗОЖ.

Задачи:

Образовательные

- Овладеть теоретическими и практическими приёмами игры в волейбол;
- Совершенствовать двигательные качества у учащихся (силу, выносливость, гибкость, координацию движений, быстроту реакции);
- Обучить технико-тактическим приёмам игры;
- Расширить теоретическую базу знаний.

Метапредметные

- Повысить уровень мотивации к занятиям физической культуры;
- Развивать память, внимание, представление, воображение, ориентирование в пространстве;

Личностные

- Сформировать отношение к игре в волейбол как возможной области будущей профессиональной деятельности.
- Развивать навыки бережного отношения к здоровью.
- Сформировать у школьников убежденности в необходимости ведения здорового образа жизни и преимуществах ведения трезвого образа жизни в целях закрепления этих принципов у детей, подростков.
- Повысить интерес обучающихся к участию в соревнованиях по спорт играм.

Для создания наиболее благоприятных условий при изучении игровых приемов используется следующая последовательность:

1. Общее ознакомление с игровым приемом.
2. Выполнение игрового приема в упрощенных условиях.
3. Изучение технического приема в условиях, приближенных к игровым.
4. Совершенствование игрового приема в групповых упражнениях и игре.

Учебный план

№ п/п	Темы занятий	Количество занятий	В том числе		Формы аттестации/контроля
			Теория	Практика	
I.	Основы знаний.	6			
	Понятие о технике и тактике игры в волейбол, баскетболе, футболе. ТБ на занятиях		3		Теория (тест)
	Правила игры в спорт играх.		1		Беседа
II.	Технические и тактические приемы.	32			

Модули программы внеурочной деятельности «Школьный спортивный клуб»

Модули программы		Класс
		5-9
Модуль А	«Баскетбол»	12
Модуль В	«Волейбол»	12
Модуль С	«Футбол»	10
	Всего	34

Календарно – тематическое планирование

№	Тема	Дата проведения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	Стойки и перемещения		https://resh.edu.ru/subject/lesson/7465/start/261447/
2.	Остановки баскетболиста		https://resh.edu.ru/subject/lesson/7465/start/261447/
3.	Передача и ловля мяча		https://resh.edu.ru/subject/lesson/7465/start/261447/
4.	Ведение мяча		https://resh.edu.ru/subject/lesson/7465/start/261447/
5.	Броски в кольцо		https://resh.edu.ru/subject/lesson/7465/start/261447/
<i>Тактические действия:</i>			
6.	Игра в защите		https://resh.edu.ru/subject/lesson/7465/start/261447/
7.	Игра в нападении		https://resh.edu.ru/subject/lesson/7465/start/261447/
8.	Диагностирование и тестирование		https://resh.edu.ru/subject/lesson/7465/start/261447/
9.	Двухсторонняя игра		https://resh.edu.ru/subject/lesson/7465/start/261447/
10.	Судейство и организация соревнований		https://resh.edu.ru/subject/lesson/7465/start/261447/
11.	Участие в соревнованиях		
12.	Участие в соревнованиях		
Волейбол			
13.	Верхняя передача двумя руками в прыжке		https://resh.edu.ru/subject/lesson/7465/start/261447/
14.	Передача двумя руками назад		https://resh.edu.ru/subject/lesson/7465/start/261447/
15.	Прямой нападающий удар	1 27.01.25	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7465/start/261447/
16.	Совершенствование приема мяча с		https://resh.edu.ru/subject/lesson/7465/start/261447/

	подачи и в защите		65/start/261447/
17.	Совершенствование приема мяча с подачи и в защите		https://resh.edu.ru/subject/lesson/74/65/start/261447/
18.	Одиночное блокирование и страховка		https://resh.edu.ru/subject/lesson/74/65/start/261447/
19.	Двусторонняя учебная игра		https://resh.edu.ru/subject/lesson/74/65/start/261447/
20.	Двусторонняя учебная игра		https://resh.edu.ru/subject/lesson/74/65/start/261447/
21.	Командные тактические действия в нападении и защите		https://resh.edu.ru/subject/lesson/74/65/start/261447/
22.	Командные тактические действия в нападении и защите		https://resh.edu.ru/subject/lesson/74/65/start/261447/
23.	Судейская практика		https://resh.edu.ru/subject/lesson/74/65/start/261447/
24.	Соревнования		
Футбол			
25.	Удары по мячу, остановка мяча		https://resh.edu.ru/subject/lesson/74/65/start/261447/
26.	Ведение мяча, ложные движения (финты)		https://resh.edu.ru/subject/lesson/74/65/start/261447/
27.	Отбор мяча, перехват мяча		https://resh.edu.ru/subject/lesson/74/65/start/261447/
28.	Выбрасывание мяча		https://resh.edu.ru/subject/lesson/74/65/start/261447/
29.	Техника игры вратаря		https://resh.edu.ru/subject/lesson/74/65/start/261447/
30.	Тактические действия, тактика вратаря		https://resh.edu.ru/subject/lesson/74/65/start/261447/
31.	Тактика игры в нападении и защите		https://resh.edu.ru/subject/lesson/74/65/start/261447/
32.	Судейская практика		https://resh.edu.ru/subject/lesson/74/65/start/261447/
33.	Соревнования		
34.	Соревнования		

Содержание учебного материала

I. Основы знаний

- понятие о технике и тактике игры;
- основные положения правил игры волейбол, баскетбол футбол Нарушения, жесты судей.

II. Техничко-тактические приёмы в спортивных играх:

В баскетболе:

Ловля мяча. Приём, обеспечивающий уверенное овладение мячом. Ловлю можно осуществлять двумя или одной рукой, стоя на месте, в прыжке или в движении. 23

Передача мяча. Приём, с помощью которого игрок направляет мяч партнёру для продолжения атаки. Выделяют передачи от головы (сверху), от груди, от плеча, снизу, сбоку, над головой (крюком), одной или двумя руками. 23

Ведение мяча. Применяется для соединения всех приёмов, составляющих игру. Существует несколько способов ведения мяча: высокое и быстрое, низкое и обманное, и комбинированное. 23

В волейболе:

Тактические действия в нападении. Для действий без мяча характерными являются выбор места и корректировка действий партнёров по команде при подготовке к выполнению передач, подач и атакующих ударов. Для действий с мячом — выбор способа выполнения приёма и эффективное его применение.

Тактические действия в защите. Цель защитных действий — противодействие активным (атакующим) действиям соперника над сеткой или падению мяча на площадку. Игра в защите включает командные, групповые и индивидуальные тактические действия

В футболе:

Техника передвижения. К ней относятся бег, прыжки, остановки и повороты. С помощью бега осуществляются различные перемещения футболистов, не владеющих мячом. 3

Удары по мячу. Выполняются ногой и головой различными способами. Различают удар по воротам и пас (с различной силой и высотой), удар по неподвижному, катящемуся и летящему мячу. 341

Остановка мяча. Применяются два способа: прыжком и выпадом. При остановке прыжком выполняют невысокий, короткий прыжок с приземлением на маховую ногу, которая для устойчивости несколько сгибается. Остановку выпадом осуществляют за счёт последнего бегового шага.

Ведение мяча. В зависимости от траектории и техники ведения мяча различают ведение по прямой (при помощи ударов внешней частью подъёма) и по кривой (мяч ведут внутренней частью подъёма).

Обманные движения (финты). Например, финт «уходом», финт «ударом», финт «остановкой». 2

6. Судейство игр

- отработка навыков судейства школьных соревнований.

На каждом занятии осуществляется физическая подготовка учащихся, направленная на развитие основных двигательных качеств и координационных способностей обучающихся.

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 познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- **личностные результаты** – готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- **метапредметные результаты** – освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- **предметные результаты** – освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

В результате изучения программы «Спорт игры» по дополнительному образованию учащиеся должны Знать:

- «Технику игры», «Тактику игры», знать правила игры, уметь подавать подачи, осуществлять приём и передачу мяча, владеть основными техническими приемами, применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий волейболом, сформировать первичные навыки судейства.

Демонстрировать:

- изученные элементы волейбола ,баскетболе ,футболе в двусторонней учебной игре;
- взаимодействия с командой в двусторонней учебной игре;
- развитие физических способностей по социальным тестам средствами волейбола и региональным тестам физической подготовленности; • возрастную динамику физической подготовленности;
- оценку показателей физического развития.

Организационно-методические указания:

- педагогические задачи освоения игры; обучение двигательным действиям;
- освоение теоретических и методических знаний об игре;
- приобретение умения осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность;
- достижения соответствующего уровня двигательных способностей.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	1 сентября	25 мая	34	68	164	1 занятие по 1 часу в неделю
Каникулы: 1 год обучения: 29 октября – 5 ноября, 27 декабря – 8 января, 21 марта – 29 марта						

2.2.Условия реализации программы:

В рамках содержания первого раздела занимающейся получают теоретические знания о технике и тактике игры волейбол. Знакомятся с гигиеническими требованиями к местам занятий и инвентарем, спортивной одежде и обуви. В ходе бесед и лекции занимающейся знакомятся с основными правилами игры в волейбол. Изучая наглядные пособия, дополнительную литературу,

учащийся получают представления о судействе игры, о жестах судей. На занятиях используется беседа с занимающимися, рассказ преподавателя, работа с дополнительной литературой. При изучении 2 раздела программы «Технические и тактические приемы» применяются как общеобразовательные методы, так и специфические, основанные на активной двигательной деятельности: метод регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы, словесные и сенсорные методы, а также различные средства: подготовительные упражнения, подвижные спортивные игры, игровые упражнения, учебные игры, соревнования. При занятии с учащимися данной возрастной группы большое значение имеет наглядность в обучении. Поэтому при изучении техники выполнения отдельных элементов необходимо использовать рассказ показ, демонстрацию таблиц и рисунков изучаемого двигательного действия. Закрепление правильных способов выполнения изученных движений до стадии навыка, их дальнейшее совершенствование проводится посредством самостоятельных упражнений занимающихся. Основные методы: игровой, соревновательный. Максимальный эффект обеспечивается лишь при оптимальном сочетании различных средств и методов, выбранных с учетом особенностей спортивной специализации.

Реализация программы дополнительного образования «Волейбол» соответствует возрастным особенностям обучающихся, способствует формированию личной культуры здоровья обучающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

Материально-техническое обеспечение:

- Спортивный зал;
- Волейбольные мячи –1 2 шт; Баскетбольные мячи 12 шт:Футбольные мячи 12 шт
- Скакалки – 12 шт;
- Стойки с волейбольной сеткой; Футбольные ворота : Баскетбольные щиты с кольцом

2.3. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы

Формы аттестации и оценочные материалы: умения и навыки проверяют во время участия учащихся в школьных, городских соревнованиях, в организации и проведении судейства. Подведение итогов(аттестации) по технической и общефизической подготовке проводится 2 раза в год (декабрь и май), учащиеся выполняют контрольные нормативы. Система оценки результатов освоения обучения дополнительной общеразвивающей программы являются: уровень сформированных знаний, умений, навыков, уровень развития учащихся, включающий индивидуальные качества и личностный рост. Текущий контроль проводится в течение учебного года в виде учебных игр.

Список литературы:

1. Агинако Л. Обучение техническим элементам волейбола / Л. Агинако // Спорт в школе. - 2008 (№23).
2. Железняк Ю.Д., Л.Н. Слупский, Волейбол в школе, М – «Просвещение» 2010 г.
3. Клещев Ю.Н., А.Г. Фурманов «Юный волейболист», М – «Физкультура и спорт» 1999 г.
4. Никитин С. Е. Методика реализации программы "Учись играть в волейбол" в системе дополнительного образования общеобразовательных школ / С. Е. Никитин // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2012. – № 3. – С. 34–37
5. Программы для внешкольных учреждений. Просвещение. 1999г.
6. Фурманов А.Г. Волейбол на лужайке, в парке, во дворе, М – «Физкультура и спорт»2002 г.
7. <http://www.sportlib.ru>.