

*МБОУ "Старочечкабская основная общеобразовательная школа Кайбицкого
муниципального района Республики Татарстан"*

РАССМОТРЕНО

На заседании
педагогического совета

Протокол от 29.08.2025г. №1

УТВЕРЖДЕНО

Директор:
_____ А.С.Галиуллина

Приказ от 29.08/2025г. № 60



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 52948E0060B2AD9544FDF55031CD28B3
Владелец: Галиуллина Алия Салихзяновна
Действителен с 09.01.2025 до 09.04.2026

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА

«Спортивные игры»

Направленность: физкультурно-оздоровительная

Возраст обучающихся: 13-15 лет

Срок реализации: 1 год (34 часа)

2025

Оглавление

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

Пояснительная записка	3
Учебный план	6
Содержание учебного плана	7
Планируемые результаты	9

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

Учебно-информационное и методическое обеспечение.....	11
Формы аттестации, виды контроля	11
Список литературы.....	13
Приложение 1. Календарный учебный график дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	15
<u>Приложение 2. Анкета «Почему я вступил(а) в объединение «Спортивные игры».....</u>	<u>16</u>
<u>Приложение 3. Пример оценивания обучающихся.....</u>	<u>17</u>

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1. Пояснительная записка

1.1. Актуальность и новизна программы

Программа «Спортивные игры» направлена на удовлетворение потребностей подростков в двигательной активности, формирование здорового образа жизни и развитие социально-коммуникативных навыков. В возрасте 13-15 лет происходит интенсивное физическое развитие, и командные спортивные игры являются идеальным инструментом для развития координации, скорости, силы и выносливости, а также для воспитания чувства коллективизма, ответственности и дисциплины. Новизна программы заключается в интеграции общей физической подготовки с элементами из различных спортивных игр (баскетбол, волейбол, футбол), что обеспечивает разностороннее развитие и позволяет обучающимся найти наиболее подходящий для себя вид активности.

Программа спроектирована в соответствии с современными требованиями и следующими документами:

- Федеральным законом РФ от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010г. №1897 об утверждении государственного образовательного стандарта основного общего образования»
- Письмом Министерства образования и науки РФ от 12.05.2011г. №03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального образовательного стандарта общего образования»;
- Концепцией духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России
- Стратегией развития воспитания в РФ на период до 2025 г. (утверждена распоряжением Правительства РФ от 25.05.2015г. №996);
- Основной образовательной программой основного общего образования МБОУ «Старочечкабская ООШ»

1.2. Цель программы:

Формирование физической культуры личности обучающихся через овладение основами техники и тактики популярных спортивных игр, развитие стойкого интереса к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

1.3. Задачи программы:

Обучающие:

- Обучить основам техники и тактики баскетбола, волейбола и футбола.
- Сформировать знания в области гигиены, безопасности на занятиях, правил избранных спортивных игр.
- Обучить навыкам судейства учебных игр.

Развивающие:

- Развивать физические качества: быстроту, ловкость, выносливость, скоростно-силовые способности.
- Развивать психологические качества: внимание, оперативное мышление, устойчивость к стрессовым ситуациям.
- Совершенствовать координационные способности.

Воспитательные:

- Воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи и ответственности перед командой.
- Формировать потребность в ведении здорового образа жизни.
- Воспитывать дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении цели.

1.4. Отличительные особенности программы

Программа является интегрированной и знакомит обучающихся с несколькими видами спортивных игр, что способствует более разностороннему физическому развитию и предоставляет возможность выбора предпочтительного вида спорта для дальнейшей специализации.

1.5. Возраст обучающихся: 13-15 лет.

Программа рассчитана на данный возрастной период, так как он является сенситивным для развития основных физических качеств и социальной адаптации в коллективе.

1.6. Сроки реализации: 1 год.

1.7. Формы занятий и режим: Занятия проводятся 1 раза в неделю. Общий объем программы – 34 часа.

Формы занятий: групповые учебно-тренировочные занятия, теоретические беседы, соревнования, игровая практика.

2. Учебный план

№	Тема	Кол-во часов
Вводные занятия		4
1	Вводное занятие. Техника безопасности.	1
2	Общая физическая подготовка (ОФП)	1
3	Специальная физическая подготовка (СФП)	2
Баскетбол		10
1	Стойки и перемещения. Остановки баскетболиста. Ведение в защите.	1
2	Передачи мяча. Ловля мяча в защите.	1

3	Ведение мяча с сопротивлением.	1
4	Броски в кольцо с различных точек.	1
5	Штрафной бросок с сопротивлением.	1
6-8	Техника и тактика игры в баскетбол.	2
	Учебная игра.	1
Футбол		10
1	Остановка катящегося мяча.	1
2	Ведение мяча.	1
3-5	Игра в футбол	
Волейбол		10
1	Передачи мяча в парах, тройках.	1
2	Прием мяча.	1
3-4	Нападающий удар.	2
5	Верхняя прямая подача мяча.	1
6	Блокирование.	1
7-10	Учебная игра.	4
	Всего	34

3. Содержание учебного плана

- Тема 1. Вводное занятие. Знакомство с программой. Инструктаж по технике безопасности и правилам поведения в зале. Врачебный контроль и самоконтроль.
- Тема 2. ОФП. Развитие основных физических качеств: беговые и прыжковые упражнения, упражнения на развитие силы, гибкости и выносливости. Подвижные игры.
- Тема 3. СФП. Упражнения, направленные на развитие качеств, специфичных для спортивных игр: стартовая скорость, прыгучесть, быстрота реакции, игровая ловкость.
- Тема 4. Баскетбол. Теория: история, правила. Практика: стойка баскетболиста, перемещения, ведение мяча, передачи, броски в кольцо с места и в движении, индивидуальные и групповые тактические действия в нападении и защите.
- Тема 5. Волейбол. Теория: история, правила. Практика: стойка волейболиста, перемещения, передачи сверху и снизу, подача (нижняя/верхняя), нападающий удар, тактика приема и передачи, тактика командной игры.
- Тема 6. Футбол/Мини-футбол. Теория: история, правила. Практика: удары по мячу, ведение, обводка, передачи, прием мяча, тактика атаки и защиты, игра вратаря.

4. Планируемые результаты

Личностные:

- Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.

- Умение работать в команде, уважительное отношение к партнерам и соперникам.
- Сформированность установки на здоровый и безопасный образ жизни.

Метапредметные:

- Умение самостоятельно планировать пути достижения целей.
- Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи.

Предметные:

- Обучающийся будет знать:
 - Основы техники и тактики баскетбола, волейбола, футбола.
 - Правила данных спортивных игр.
 - Основы личной гигиены и безопасности на занятиях.
- Обучающийся будет уметь:
 - Выполнять основные технические приемы в спортивных играх.
 - Участвовать в учебной и соревновательной деятельности.
 - Осуществлять судейство учебной игры.
 - Применять полученные навыки для укрепления здоровья.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Учебно-информационное и методическое обеспечение

- Материально-техническое оснащение: Спортивный зал.
Спортивный инвентарь: мячи баскетбольные, волейбольные, футбольные; насосы; свистки; скакалки; сетка волейбольная.
- Дидактические материалы: Правила соревнований по видам спорта, схемы и плакаты с тактическими построениями, видеоуроки, картотека упражнений.
- Методическое обеспечение: Разработанные комплексы упражнений, сценарии проведения соревнований, методика тестирования физической подготовленности.

2.2. Формы аттестации, виды контроля

- Входной контроль (сентябрь): Анкетирование («Почему я вступил в объединение»), тестирование уровня физической подготовленности (бег 30м, челночный бег, прыжок в длину с места, подтягивание).
- Текущий контроль (в течение года): Наблюдение, опрос, выполнение контрольных нормативов по технике владения мячом, участие в учебных играх.
- Промежуточная аттестация (декабрь/май): Участие в контрольных играх и соревнованиях, сдача нормативов по ОФП и СФП.
- Итоговая аттестация (май): Проведение итогового турнира, итоговое анкетирование.

2.3. Список литературы

1. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения. – М.: Академия, 2019.
2. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастера. – М.: АСТ, 2017.
3. Фурманов А.Г., Ишмятов Л.Р. Волейбол. Основы подготовки. – М.: Спорт, 2020.
4. Лях В.И. Физическая культура. 8-9 классы. Учебник. – М.: Просвещение, 2021.
5. Интернет-ресурсы: официальные сайты федераций баскетбола, волейбола, футбола.

Приложения

Приложение 1. Календарный учебный график

№	Тема занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Дата
1	Основы знаний. ТБ на занятиях баскетболом. Броски мяча в кольцо. Стойка игрока, передвижение в стойке.	Беседа, практическое занятие.	1	
2	Передвижения, повороты, мяча в кольцо. Остановка в прыжке.	Практическое занятие.	1	
3	Передвижения, повороты, мяча в кольцо. Остановка в прыжке.	Практическое занятие.	1	
4	Штрафной бросок. Игра в баскетбол.	Практическое занятие.	1	
5	Штрафной бросок. Игра в баскетбол.	Практическое занятие.	1	
6	Защитные действия в игре.	Практическое занятие.	1	
7	Учебная игра баскетбол.	Практическое занятие.	1	
8	Защитные действия в игре.	Практическое занятие.	1	
9	Учебная игра баскетбол.	Практическое занятие.	1	
10	Штрафной бросок.	Практическое занятие.	1	
11	Игра в баскетбол по правилам.	Практическое занятие.	1	
12	Соревнования	Практическое занятие.	1	
13	Правила игры, стойка, перемещения.	Беседа, практическое занятие.	1	
14	Способы держания (хватки) ракетки. Игра в бадминтон.	Практическое занятие.	1	
15	Игровые стойки в бадминтоне.	Практическое занятие.	1	

16	Передвижения:приставным, скрестным шагом, выпады вперед, в сторону.	Практическое занятие.	1	
17	Техника выполнения высоко-далекой подачи.	Практическое занятие.	1	
18	Учебная игра.	Практическое занятие.	1	
19	Учебная игра	Практическое занятие.	1	
20	Соревнования	Практическое занятие.	1	
21	Основы знаний. ТБ на занятиях футболом. Удар с полулёта. Удар с лёта в центр мяча.	Беседа, практическое занятие.	1	
22	Игра техникой удара головой. Удар головой с места. Игра в футбол.	Практическое занятие.	1	
23	Удар головой в прыжке. Удар головой в прыжке с разбега. Игра в футбол.	Практическое занятие.	1	
24	Остановка мяча подъёмом стопы. Остановка мяча грудью. Игра в футбол.	Практическое занятие.	1	
25	Основы знаний. ТБ на занятиях волейболом. Нижняя и верхняя передача мяча, прием мяча через сетку. Игра в волейбол.	Беседа, практическое занятие.	1	
26	Нападающий удар. Игра в волейбол.	Практическое занятие.	1	
27	Нападающий удар. Игра в волейбол.	Практическое занятие.	1	
28	Одиночное и групповое блокирование. Игра в волейбол.	Практическое занятие.	1	
29	Нападающий удар.	Практическое занятие.	1	
30	Одиночное и групповое блокирование. Игра в волейбол.	Практическое занятие.	1	
31	Тактика и техника игры. Игра волейбол.	Практическое занятие.	1	
32	Тактика и техника игры. Игра волейбол.	Практическое занятие.	1	
33	Защитные действия.	Практическое занятие.	1	
34	Игра волейбол.	Практическое занятие.	1	

Приложение 2. Анкета «Почему я вступил(а) в объединение «Спортивные игры»»

1. Фамилия, имя _____
2. Что тебя привлекло в объединении «Спортивные игры»?
 - Люблю играть в команде
 - Хочу научиться играть в баскетбол/волейбол/футбол
 - Хочу улучшить свою физическую форму
 - Посоветовали друзья
 - Другое (напиши) _____
3. В какие спортивные игры ты умеешь играть? _____
4. Есть ли у тебя опыт занятий в спортивных секциях? _____

Приложение 3. Пример оценивания обучающихся

Критерии оценивания технической подготовленности:

- «Высокий уровень» (5): Обучающийся стабильно и точно выполняет ведущие элементы (ведение без зрительного контроля, точные передачи на средние и длинные дистанции, попадает броском с игры >50%). Активно и грамотно действует в защите и нападении в учебной игре.
- «Средний уровень» (4): Обучающийся выполняет технические приемы с незначительными ошибками, которые не всегда влияют на результат. Введение с периодическим зрительным контролем, бросок с игры 30-50%. Понимает тактику, но не всегда успевает ее реализовать.
- «Удовлетворительный уровень» (3): Обучающийся выполняет технические приемы со значительными ошибками, затрудняется в их применении в игровой ситуации. Введение с постоянным зрительным контролем, бросок с игры <30%. Тактические действия пассивны.
- «Низкий уровень» (2): Обучающийся не овладел основными техническими приемами программы. Не может применить навыки в игре.

Лист согласования к документу № 12 от 14.10.2025
Инициатор согласования: Галиуллина А.С. директор
Согласование инициировано: 14.10.2025 13:07

Лист согласования			Тип согласования: последовательное	
N°	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Галиуллина А.С.		 Подписано 14.10.2025 - 13:07	-