

Согласовано
Заместитель директора по воспитательной работе
_____ Дормакова Л.Н.

« ____ » _____ 20__ г.

«Утверждаю»
Директор ГОУ ЯО «Петровская школа-интернат»
_____ И.Н. Ратихина

« ____ » _____ 20__ г.

**Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная
общеразвивающая программа кружка «Спортивные игры»
ГОУ ЯО «Петровская школа-интернат»**

Программу составил
руководитель кружка: Царёв П.В.

20 __ - 20__ учебный год

Пояснительная записка

Программа кружка «Спортивные игры» для 6-10 классов помогает ориентировать образовательный процесс на общеинтеллектуальное развитие и воспитание обучающихся, достижение планируемых результатов освоения содержания учебных предметов среднего общего образования и формирование универсальных учебных действий.

Данная программа является актуальной и педагогически целесообразной, так как обеспечивает развитие интеллектуальных общеучебных умений учащихся, необходимых для дальнейшей самореализации и формирования личности ребенка.

Занятия кружка способствуют реализации дифференцированного обучения и развитию индивидуальных возможностей каждого ребенка. Занятия помогают решать задачи эмоционального, спортивного, развития ребенка, так как физическая культура для ребенка – это способность научиться чему-то новому, получить удовольствие. Программа способствует овладению детьми универсальными учебными действиями (познавательными, коммуникативными, регулятивными, личностными). Содержание кружковых занятий создает условия для углубления знаний, полученных на уроках физической культуры, и применяя их в самостоятельной деятельности.

Цель: формирование у учащихся здорового образа жизни, развитие интереса и творческой самостоятельности.

Задачи:

- укрепить здоровье школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей систем организма;
- совершенствовать жизненно важные навыки и умения посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов
- формировать общее представление о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;

В целом, занятия в кружке способствуют разностороннему и гармоническому развитию личности ребенка, раскрытию способностей ребенка.

Возраст детей, участвующих в реализации программы –12-17лет.

Срок реализации программы – 1 год.

Формы, режим занятий, способы определения результативности

Ведущей формой организации занятий является групповая. Наряду с групповой формой работы, во время занятий осуществляется индивидуальный и дифференцированный подход к детям.

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа, т.е. 68 часов в год.

Методы отслеживания (диагностики) успешности овладения учащимися содержанием программы:

- Педагогическое наблюдение.

-Педагогический анализ результатов бесед, участия в конкурсах, активности обучающихся на занятиях.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы кружка

Личностные результаты:

- установка на безопасный, здоровый образ жизни;
- потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения задачи, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в познавательной деятельности.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятиях для укрепления здоровья, для успешной учебы и социализации в обществе.
- умение пользоваться справочными источниками для понимания и получения дополнительной информации.

Содержание программы

| Тематика занятий | Количество часов |
|-------------------------|-------------------------|
|-------------------------|-------------------------|

| | Теория | практика |
|--|---------------|-----------------|
| История зарождения игры «Баскетбол». Содержание и этапы развития игры. Техника безопасности. Стойка игрока | 1 ч | 1ч |
| Техника игры. Разминка перед игрой. Значение разминки. Стойка игрока. Передвижения, остановка шагом, прыжком | | 2ч |
| Техника перемещений. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте в движении | | 2ч |
| Ведение мяча правой и левой рукой, бросок мяча одной рукой с места | | 2ч |
| Ведение мяча шагом и бегом | | 2ч |
| Ведение мяча с изменением направления и скорости | | 2ч |
| Передача мяча от плеча одной рукой, двумя руками снизу. Одной рукой снизу | | 2ч |
| Броски мяча в движении после двух шагов | | 2ч |
| Мини-баскетбол по упрощенным правилам | | 2ч |
| Штрафной бросок в корзину | | 2ч |
| Передача мяча в движении | | 2ч |
| Ведение мяча попеременно правой и левой рукой | | 2ч |
| Броски мяча одной, двумя руками от головы в прыжке. Броски мяча снизу | | 2ч |
| Ведение мяча при сближении с соперником | | 2ч |
| Броски по кольцу сверху, снизу; одной рукой, двумя руками | | 2ч |
| Ловля высоко летящих мячей в прыжке | | 2ч |
| Игра «Баскетбол» | | 2ч |
| Т.Б. Гигиена спортсмена, врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение травматизма | 1ч | 1ч |
| История зарождения игры «Волейбол». Основы методики обучения в волейболе | 1ч | 1ч |
| Прием и передача мяча сверху | | 2ч |
| Нижняя прямая подача. Прием снизу | | 2ч |

| | |
|--|-------------|
| Передача мяча в парах сверху | 2ч |
| Передача мяча в парах снизу | 2ч |
| Верхняя прямая подача, прием подачи | 2ч |
| Боковая подача. Прием подачи | 2ч |
| Передача мяча сверху, двумя руками вверх, над собой | 2ч |
| Прием мяча сверху двумя руками. Нижняя прямая подача | 2ч |
| Нижняя боковая подача | 2ч |
| Прием мяча сверху двумя руками с падением в сторону | 2ч |
| Верхняя прямая подача | 2ч |
| Прием мяча снизу двумя руками от сетки | 2ч |
| Передача мяча снизу двумя руками - | 2ч |
| Нижняя прямая подача с середины площадки | 2ч |
| Игра «Волейбол». Подведение итогов за год. | 2ч |
| Итого: 68 | 3ч 65ч |

Формы организации внеурочной деятельности:

- фронтальная работа;
- групповая работа;
- индивидуальная работа;

Виды учебной деятельности учащихся:

1. Регулятивные действия: целеполагание, планирование, прогнозирование, контроль, коррекция и оценка.
2. Коммуникативные действия: умение слушать, работать в группе, слушать собеседника, обращаться за помощью, формулировать собственное мнение.
3. Познавательная деятельность: формулировать цели, выбирать наиболее эффективные способы решения в зависимости от конкретных условий.

Ожидаемый результат.

- В результате регулярного посещения занятий учащиеся должны:
- повысить уровень своей физической подготовленности;
 - приобрести навыки и умения по изучаемым видам спорта;

- использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- уметь проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей;
- уметь разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;
- у учащихся должен сформироваться интерес к постоянным самостоятельным занятиям спортом и дальнейшему самосовершенствованию;
- следование основным принципам здорового образа жизни должно стать привычным для учащихся и сформироваться представление о том, что ЗОЖ - это индивидуальная система ежедневного поведения человека, которая обеспечивает ему максимальное достижение благополучия, в том числе и физического с учетом его индивидуальных качеств и запросов.

Календарно-тематическое планирование

| № | Тема | Количество часов | Дата проведения |
|----|---|------------------|-----------------|
| 1 | История зарождения игры «Баскетбол». Содержание и этапы развития игры. Техника безопасности. Стойка игрока | 2 | |
| 2 | Техника игры. Разминка перед игрой. Значение разминки. Стойка игрока. Передвижения, остановка шагом, прыжком. | 2 | |
| 3 | Техника перемещений. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте в движении. | 2 | |
| 4 | Ведение мяча правой и левой рукой, бросок мяча одной рукой с места. | 2 | |
| 5 | Ведение мяча шагом и бегом. | 2 | |
| 6 | Ведение мяча с изменением направления и скорости. | 2 | |
| 7 | Передача мяча от плеча одной рукой, двумя руками снизу. Одной рукой снизу. | 2 | |
| 8 | Броски мяча в движении после двух шагов. | 2 | |
| 9 | Мини-баскетбол по упрощенным правилам. | 2 | |
| 10 | Штрафной бросок в корзину. | 2 | |
| 11 | Передача мяча в движении. | 2 | |
| 12 | Ведение мяча попеременно правой и левой рукой. | 2 | |
| 13 | Броски мяча одной, двумя руками от головы в прыжке. Броски мяча снизу. | 2 | |

| | | | |
|----|--|---|--|
| 14 | Ведение мяча при сближении с соперником. | 2 | |
| 15 | Броски по кольцу сверху, снизу ; одной рукой, двумя руками. | 2 | |
| 16 | Ловля высоко летящих мячей в прыжке. | 2 | |
| 17 | Игра «Баскетбол». | 2 | |
| 18 | Т.Б. Гигиена спортсмена, врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение травматизма. | 2 | |
| 19 | История зарождения игры «Волейбол». Основы методики обучения в волейболе. | 2 | |
| 20 | Прием и передача мяча сверху | 2 | |
| 21 | Нижняя прямая подача. Прием снизу | 2 | |
| 22 | Передача мяча в парах сверху. | 2 | |
| 23 | Передача мяча в парах снизу. | 2 | |
| 24 | Верхняя прямая подача, прием подачи. | 2 | |
| 25 | Боковая подача. Прием подачи. | 2 | |
| 26 | Передача мяча сверху, двумя руками вверх, над собой | 2 | |
| 27 | Прием мяча сверху двумя руками. Нижняя прямая подача | 2 | |
| 28 | Нижняя боковая подача | 2 | |
| 29 | Прием мяча сверху двумя руками с падением в сторону | 2 | |
| 30 | Верхняя прямая подача | 2 | |
| 31 | Прием мяча снизу двумя руками от сетки. | 2 | |
| 32 | Передача мяча снизу двумя руками. | 2 | |
| 33 | Нижняя прямая подача с середины площадки. | 2 | |
| 34 | Игра «Волейбол». Подведение итогов за год. | 2 | |

Методическое обеспечение

Инвентарь:

- Волейбольные мячи;
- Баскетбольные мячи;
- Кегли;
- Скакалки;
- Теннисные мячи;
- Малые мячи;
- Гимнастические скамейки;
- Сетка волейбольная;

- Щиты с кольцами;
- Секундомер;
- Маты;
- Ракетки;
- Обручи.

Список литературы

1. Гринлер К. и др. «Физическая подготовка футболистов», М: ПК, 1976.
2. Зимин А.М. «Первые шаги в баскетболе. Учебное пособие для учащихся и учителей» М.: «Просвещение» 1992г.
3. Колос В.М. «Баскетбол: теория и практика» Минск 1989г.
4. Матвеев А.П. «Оценка качества подготовки учеников основной школы по физической культуре М. «Дрофа» 2001 год.
5. Монаков Г.В. «Техническая подготовка футболистов, методика и планирование», М: ФиС, 2000.
6. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/Г.А.Колодиницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. - М.: Просвещение, 2011.-77с.: ил. - (Работаем по новым стандартам).
7. Волейбол: Примерная программа спортивной подготовки для В67 детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный) [Текст].- М.: Советский спорт. 2005.-112с.
8. Примерные программы по учебным предметам. П76 Физическая культура. 5-9 классы: проект.- 3-е изд.- М.: Просвещение, 2011.-61с.-(Стандарты второго поколения).
9. Справочник учителя физической культуры/авт.-сост. П.А. Киселев, С.Б. Кисилева.- Волгоград: Учитель, 2011.- 251с.