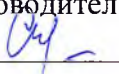



**муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Каменская средняя общеобразовательная школа»**

155315 Ивановская область Вичугский район пос. Каменка ул. Николаева д.4а
Телефон: 8 (49354) 95-3-86 Факс: 8 (49354) 95-1-41
Эл.почта: Kam_sosh@mail.ru

«Рассмотрено»
На метод.объединении
Протокол заседания МО
№ 1 от 15.08.2023
Руководитель МО



«Согласовано»
Зам. директора по УВР



Дата 16.08.2023

«Утверждено»

Директор школы
 Ситникова М.В.

Приказ № 177-о от
22.08.2023



М.П.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
секция «Спортивные игры»**

Направленность: физкультурно – спортивная

Профиль:

Возраст: 9-14 лет

Уровень: стартовый

Срок реализации: 1 год

Руководитель:

учитель физкультуры

Конев Ю.Д.

Каменка, 2023 г

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «спортивные игры» разработана с учётом потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе отражены объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей обучающихся, педагогических работников на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Изучение материала имеет важное значение в онтогенезе обучающихся. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение обучающихся в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультурминуток и утренней зарядки, закалывающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы являются базовые положения личностно-деятельностного подхода, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

Цели образовательной программы «Спортивные игры»:

- физическое самосовершенствование, самопознание;
- формирование здорового образа жизни, профилактику вредных привычек и правонарушений.
- профессиональное самоопределение;
- развитие двигательных и координационных способностей;
- развитие физических, интеллектуальных и нравственных способностей;
- достижение уровня спортивных успехов сообразно способностям.

Задачи:

- привлечение максимально возможного количества детей и подростков к систематическим занятиям ;
 - содействие гармоничному физическому и психическому развитию учащихся, разносторонней физической подготовке, укреплению здоровья занимающихся;
 - воспитание смелых, волевых, настойчивых, инициативных, трудолюбивых и дисциплинированных учащихся;
 - обучение технике и тактике , подготовка квалифицированных игроков;
 - подготовка грамотных инструкторов и судей для судейства внутри школьных и межшкольных соревнований.

Отличительной особенностью данной программы является непрерывный характер обучения учащихся и осуществление мониторинга достижений спортсменов.

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы: программа секции «Спортивные игры» предназначена для учащихся 3х – 5х классов, имеющих разрешение врача.

Сроки реализации дополнительной образовательной программы: программа рассчитана на 1 год: 34 часа. Занятия проводятся 1 раза в неделю, 1 час. Занятия в секции проводятся согласно тематическому планированию.

Формы и режимы занятий: основными формами проведения занятий являются: беседы, лекции, просмотр журналов и телепередач (соревнований), практические занятия, турниры, соревнования.

Режим занятий:

Занятия проводятся 1 раза в неделю, 1 час (34 часа в год)

Ожидаемые результаты:

Результативность занятий учащихся в секции спортивных игр отслеживается при помощи мониторинга личных достижений учащихся во межшкольных, зональных, районных и окружных соревнованиях.

Формами подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы являются результаты теннисистов в личных, парных, смешанных и командных состязаниях.

Занятия проводятся с учетом возрастных особенностей детей.

Теоретический курс проводится во время занятий или при изучении нового материала. Учащиеся знакомятся с теоретическими сведениями, используют интернет ресурс, анализ игровой деятельности, соревнований. Далее следует практическая часть, направленная на формирование специальных умений и навыков. Структура такого занятия выглядит примерно так:

II. Учебно-тематический план.

№	Тема	Теория	Практика	Итого
1	Инструктаж по ТБ и правилам поведения на занятиях. Обязанности ученика. Основы гигиены и спортивная форма.		В процессе занятий	
2	Тесты на физическую подготовленность	В	2	2
3	Анализ и разбор игровой деятельности. Работа над ошибками (баскетбол, волейбол).		2	2
БАСКЕТБОЛ				
4	Владение мяча (баскетбол).		6	6
5	Техника броска в кольцо, средний бросок, штрафной бросок.	процессе	2	2
6	Тактика нападения (баскетбол).		1	1
7	Игровые наработки (баскетбол).		3	3
8	Стритбол (правила игры, приемы, нюансы).	занятий	2	2
ВОЛЕЙБОЛ				
9	Техника приемов мяча и передач (волейбол).		5	5
10	Нападающий удар		2	2
11	Подача		5	5
12	Игровые наработки		4	4
13	Итого :		34	34

IV. Содержание программы.

Секция «спортивные игры» рассчитана на один год обучения. Освоение техники игры происходит последовательно, поэтому, при планировании содержания занятий, тренер придерживается принципов постепенности и последовательности обучения («от простого к сложному»). На начальном этапе обучения игре учащиеся знакомятся с историей развития, причинами популяризации игр(баскетбола, волейбола). Тренер знакомит учащихся с основными понятиями и терминологией, инвентарем, основными правилами игры. Учащимся даются упражнения для развития «чувства мяча», такие как ведение мяча, набивание мяча поочередно левой, правой рукой, после чего осуществляется переход к изучению основных приемов игры. На следующем этапе обучения учащиеся обучаются более сложным приемам и комбинациям игр.

По мере занятий происходит постепенный переход от обучения приемам игры и тактическим действиям к их совершенствованию на базе роста физических и психических возможностей учащихся;

- планомерное прибавление вариативности выполнения приемов игры и широты взаимодействия с партнерами;
- переход от обще подготовительных средств к наиболее специализированным;
- увеличение собственно соревновательных упражнений в процессе подготовки;
- постепенное, планомерное увеличение объема тренировочных нагрузок;
- повышение интенсивности занятий и, следовательно, использование восстановительных мероприятий для поддержания необходимой работоспособности и сохранения здоровья;

Распределение времени в учебном плане на основные разделы подготовки по годам обучения осуществляется в соответствии с конкретными задачами однолетней тренировки.

В соревновательных мероприятиях закрепляется и совершенствуется техника и тактика игры.

Тематическое планирование (34 часа)

(теория – в процессе занятий, практика – 34 часа)

Тема: Спортивно-оздоровительный и начальный этапы подготовки.

Задачи:

- 1.Отбор детей.
- 2.Формирование стойкого интереса к тренировочным занятиям .
- 3.Всестороннее гармоническое развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма.
- 4.Воспитание специальных способностей (гибкости, быстроты, ловкости) для успешного овладения навыками игры.
- 5.Обучение основным приемам техники игры и тактическим действиям.
- 6.Привитие навыков соревновательной деятельности в соответствии с правилами игры.

№ п\п	Дата	Кол-во часов	Содержание учебного материала
1		1	Правила ТБ и поведения на занятии. Баскетбол : основные приемы и правила игры. Основы гигиены.
2		1	Ведение мяча и элементы дриблинга. Ведение, бросок, передача в движении и после остановки.
3		1	Ведение мяча, ведение с заданиями по свистку. Броски в кольцо с места и с точек.Основные правила игры.
4		1	Дриблинг) индивидуально и с партнером).Броски мяча.(средний бросок, бросок из-под щита). Игра: 10 передач.
5		1	Передачи мяча в движении (зигзаг, крест). Атака по линии и быстрым отрывом.
6		1	Броски в кольцо с точек и из-под щита Бросковый марафон (до 100 повторений). Отработка индивидуальной опеки игрока.
7		1	Отработка индивидуальной опеки игрока. Игра по правилам с разбором игровых ситуаций.
8		1	Игра и разбор игровых моментов.
9		1	Средний бросок с места и после ведения или передачи. Комбинационные наработки.
10		1	Индивидуальное владение мячом. 2х-шажный ритм. Остановка прыжком. Игра по правилам.
11		1	Комбинационные наработки. Броски в кольцо с точек. Штрафной бросок.
12		1	Стритбол. Повторение правил. Игра.
13		1	Комбинационные действия (индивидуально и командные). Игра : стритбол.
14		1	Мини – турнир: сборная 4х,5х – сборная 6х
15		1	Разбор игровых и спорных моментов. Исправление ошибок в командных действиях.
16		1	Разбор игровых ситуаций. Подведение итогов турнира.
17		1	Силовая подготовка (тренажерный зал). Игровая деятельность.
18		1	Правила ТБ и поведения на занятии. Волейбол : основные

			приемы и правила игры. Основы гигиены.
19		1	ОФП (прыжковая у сетки). Тесты на физ. подготовку.
20		1	ОФП у сетки (специальные прыжковые упражнения). Эмитация нападающего удара, постановка блока, скидка мяча. Отработка приемов мяча.
21		1	Нападающий удар (после самостоятельного наброса) Подача мяча (верхняя прямая).
22		1	Эмитационные прыжки на совершенствование нападающего удара, блока, скидки мяча. Подача мяча (верхняя прямая).
23		1	СФП (прыжковая у сетки). Приемы мяча в парах, тройках. Подача мяча (верхняя).
24		1	Повторно: с на шага нападающий удар – индивидуально. Силовая подготовка (прыжковая).
25		1	Круговая тренировка: (прыжковая). Прыжки у сетки (эмитационные). Подача (нижняя, верхняя).
26		1	Силовая подготовка (тренажерный зал). Подача мяча (верхняя).
27		1	Подача мяча по номерам (с приемом и без). Розыгрыш мяча после подачи через центрального.
28		1	Подача – прием (в парах). Подача (индивидуально).
29		1	Командно – игровые действия с разбором игровых моментов.
30		1	Судейство. Жесты судьи. Командно – игровые действия с самостоятельным судейством.
31		1	Мини – турнир: сборная 5х, 6х – сборная 7х
32		1	Мини – турнир: - - - - - - - - - - - -
33		1	Разбор игровых ситуаций. Подведение итогов турнира.
34		1	Подведение итогов. Присвоение разрядных норм. Инструктаж по ТБ. Игровая практика.

V. Методическое обеспечение программы

Инвентарь: Баскетбол: мячи № 6;7, разметочные стойки, цветные фишки, манишки цветные, секундомер, разметка зала.

Волейбол: мячи волейбольные, мячи резиновые малые, сетка волейбольная, наколенники.

Дидактические материалы:

- Для наглядности обучения учащихся, учитель разработал наглядные схемы (плакаты), отображающие основные технические приемы.
- Учащимися секции под руководством тренера были написаны рефераты: «История баскетбола», « Успехи Российских волейболистов», материалы которые используются на теоретических занятиях
- Имеются в наличии методические учебные пособия.