

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Сергачская средняя общеобразовательная школа № 3

Принята на заседании
педагогического совета
от 25 августа 2020 г.
Протокол №1

Утверждаю:
директор МБОУ "Сергачская СОШ №3"
Панина Е.В.
25 августа 2020 г.

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

Возраст обучающихся: 14-18 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

Панин Д.А.

г. Сергач, 2020 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивные игры» для обучающихся 10-11 классов разработана в соответствии с требованиями ФГОС ООО, концепцией физического воспитания и направлена:

- на увеличение двигательной активности;
- развитие физических способностей учащихся;
- вовлечение и выполнение нормативов ФСК ГТО.

Игра – исключительно ценный способ вовлечения школьников в двигательную деятельность. Спортивные игры на занятиях используются для решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач. В играх главное внимание обращается на оздоровительную сторону, развитие физических способностей, стремление подростков организовывать свою деятельность, основываясь на четких и жестких правилах спортивных игр, которые дают возможность каждому обучающемуся развивать свои личностные качества, необходимые как в любых видах спорта, так и в обычной жизни.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы: развитие двигательной активности учащихся, достижение положительной динамики в развитии физических способностей и показателей физической подготовленности, формирование потребности в систематическом занятии физической культурой и спортом, участие в выполнении испытаний ФСК ГТО.

Задачи:

- формирование здорового образа жизни;
- обучение жизненно важным двигательным компетенциям;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций;
- совершенствование тактических действий в и игре
- подготовка и участие во ВФСК «ГТО»

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

В основе программы лежит системно-деятельностный подход, который создает основу для успешного совершенствования обучающимися различных компетенций в спортивных играх.

Программа составлена с учетом особенности работы образовательного учреждения, в образовательную деятельность включен Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». Данная программа имеет оздоровительное, спортивное и общеразвивающее значение и направлена на развитие и повышение уровня физической подготовленности обучающихся. Программа имеет физкультурно-спортивную направленность.

Для реализации программы школа имеет следующие ресурсы: спортивный зал, пришкольная спортивная площадка и естественный природный ландшафт для занятий на открытом воздухе в период учебного года.

На программу «Спортивные игры» в 10-11 классах отводится 2 часа в неделю - 68 часов в учебном году (34 учебные недели).

Описание ценностных ориентиров содержания программы

Спортивные игры - один из способов всестороннего физического развития. Во время игры у учащихся: развивается ловкость, быстрота, выносливость, сила; формируются положительные нравственные качества. Особенностью спортивных игр является их соревновательный, творческий, коллективный характер, требующий от играющих умений взаимодействовать с командой в непрерывно меняющихся условиях ради достижения условной цели, согласно установленным правилам.

Содержание программного материала

Основы знаний.

Правила поведения и техника безопасности при проведении спортивных игр. Правила проведения соревнований по волейболу, баскетболу, футболу, гандболу и русской лапте.

Развитие двигательных способностей

Упражнения, направленные на развитие двигательных способностей (подготовка к выполнению спортивных нормативов ВФСК «ГТО»). Упражнения для развития гибкости, силы, быстроты, выносливости, ловкости.

Русская лапта.

Правила игры, правила проведения соревнований, беговые упражнения, метание и броски мяча, упражнения на координацию, выносливость и быстроту, тактические действия в игре.

Спортивные игры.

Гандбол: правила игры, правила проведения соревнований, специальные передвижения без мяча и с мячом, передачи мяча, броски мяча по воротам, тактические действия в игре, игра в гандбол, осуществление судейства.

Футбол: правила игры, правила проведения соревнований, специальные передвижения без мяча и с мячом, удары по мячу, удары мяча по воротам, остановка мяча, ведение мяча и обводка, отбор мяча, тактические действия в игре, игра в футбол, осуществление судейства.

Баскетбол: правила игры, правила проведения соревнований, передвижения и остановки без мяча, ловля мяча, передача мяча, ведение мяча, броски мяча, отбор мяча, выполнение комбинаций из освоенных элементов, тактические действия в игре, учебная игра, осуществление судейства

Волейбол: правила игры, правила проведения соревнований, перемещения, передачи мяча, подача мяча, прием мяча с подачи, тактические действия в игре, учебная игра, осуществление судейства

Соревновательная деятельность:

Соревнования по русской лапте, гандболу, футболу, баскетболу, волейболу.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Содержание	Количество часов
1.	Теория и техника безопасности	На каждом занятии
2.	Русская лапта	14
3.	Гандбол	14

4.	Баскетбол	14
5.	ОФП	На каждом занятии
6.	Волейбол	14
7.	Футбол	14
Итого		70

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

Ученик научится:

- формировать ответственное отношение к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов;

- формировать целостное мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки;

- формировать осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку;

- осваивать социальные нормы, правила поведения, роли и формы социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;

- управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований;

- планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха;

- принимать активное участие в организации и проведении совместных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий;

- развивать моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем на основе личного выбора, формировать нравственные чувства;

- содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

Ученик получит возможность научиться:

- владеть знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний, травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;

- принимать активное участие в организации и проведении совместных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий;

- формировать потребности иметь хорошее телосложение в соответствии с принятыми нормами и представлениями;

- владеть умением осуществлять поиск информации по вопросам современных оздоровительных систем (в справочных источниках, учебнике, в сети Интернет и др.), а также обобщать, анализировать и применять полученные знания в самостоятельных занятиях физическими упражнениями и спортом.

Личностные результаты отражаются в готовности обучающихся к саморазвитию индивидуальных свойств личности, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Они включают в себя основы гражданской идентичности, сформированную мотивацию к обучению; и познанию в сфере физической культуры, умения использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Метапредметные результаты

Ученик научится:

- самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

- формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

- работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;

- овладевать сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека, в развитии его сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;

- бережно относиться к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявлять доброжелательность и отзывчивость к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;

- добросовестно выполнять учебные задания, осознанно стремиться к освоению новых знаний и умений, повышающих результативность выполнения заданий.

- знать факторы, потенциально опасных для здоровья (вредные привычки, ранние половые связи, допинг), и их опасных последствий;

- владеть способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержанием.

Ученик получит возможность научиться:

- 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;

- оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;

- понимать культуру движений человека, постигать значения овладения жизненно важными двигательными умениями и навыками, исходя из целесообразности и эстетической привлекательности.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

ОБОРУДОВАНИЕ

Форма организации: тренировка, турнир, игра, соревнования.

Место проведения: спортивный зал, спортивная площадка.

Инвентарь: мячи (волейбольные, баскетбольные, футбольные, гандбольные), бита, фишки, секундомер.

ФОРМЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

- участие в выполнении ВФСК « ГТО»
- участие в соревнованиях различного уровня.

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Особенности набора детей – учащиеся с разным уровнем физической подготовленности, группой здоровья – основная и подготовительная (по заключению врача).

По окончании курса учащиеся научатся:

- понимать роль и значение занятий физическими упражнениями и спортивными играми для укрепления здоровья;
- самостоятельно организовывать тренировочный процесс;
- самостоятельно регулировать и контролировать физические нагрузки;
- осуществлять индивидуальные и групповые действия в игре;
- организовывать и проводить соревнования;
- подготовятся к выполнению ВФСК ГТО.

Учащиеся будут знать:

- правила спортивных игр и правила проведения соревнований;

- технику безопасности спортивных игр;
- терминологию, связанную с проведением и судейством игр;
- правила участия в ВФСК ГТО

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Внеурочная деятельность учащихся. Совершенствование видов двигательных действий в физической культуре: пособие для учителей и методистов/ В.С.Кузнецов, Г.А.Колодницкий, -М.: Просвещение, 2014

2. Внеурочная деятельность учащихся. Легкая атлетика: пособие для учителей и методистов/ Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В.Маслов -М.: Просвещение, 2011

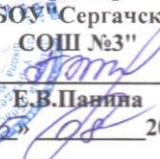
3. . Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/ Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В.Маслов -М.: Просвещение, 2011

4. Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол: пособие для учителей и методистов/ В.С.Кузнецов, Г.А.Колодницкий, -М.: Просвещение, 2013

5. Внеурочная деятельность учащихся. Футбол: пособие для учителей и методистов/ Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В.Маслов -М.: Просвещение, 2011

Прошнуровано
пронумеровано
скреплено печатью
_____ листов

Директор
МБОУ "Сергачская
СОШ №3"


Е.В. Панина

«16» _____ 20__ г.