

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 15»
Городского округа Рефтинский

РАССМОТРЕНО:
на педагогическом совете
МБОУ «СОШ № 15»
протокол № 2 от 14.05.2024

УТВЕРЖДЕНО
Приказом директора
МБОУ «СОШ № 15»
№110 от 17.05.2024



Е.А. Стародумова

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая краткосрочная программа
спортивной направленности
«Спортивные игры»
(в рамках летнего оздоровительного лагеря)
Для обучающихся от 7-14 лет
Срок реализации 3 недели

Составитель программы:
Макарова В.В.
учитель физической культуры

го Рефтинский
2024 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа спортивной направленности «Спортивные игры» и порядок её утверждения разработан в соответствии с ФЗ № 273 от 29 декабря 2012 «Об образовании в Российской Федерации», Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года от 31 марта 2020 г. №678-р, Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 г. № 41 «Об утверждении СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», Приказом Минобрнауки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Актуальность. Одним из самых эффективных путей познания ребёнком окружающего мира, источником положительных эмоций являются различные игры — национальные, спортивные, любые подвижные.

Игры вызывают активизацию мыслительной деятельности школьников, способствуют расширению их кругозора, совершенствованию всех психических процессов, развитию физических способностей, стимулируют естественное развитие организма детей. Кроме того, они воспитывают важные для любого человека качества, связанные с умением общаться и взаимодействовать в коллективе, отвечать за свой личный вклад в результат коллективной деятельности.

Систематические занятия физическими упражнениями в виде различных подвижных и спортивных игр не только формируют у учащихся необходимый фонд двигательных умений и навыков, но и создают необходимые условия для укрепления здоровья, повышения устойчивости к учебным нагрузкам, создают базу для дальнейших занятий игровыми видами спорта.

Педагогическая целесообразность этой программы заключается в том, что она создана на основе курса обучения игре в баскетбол, волейбол, футбол, настольный теннис. Технические приемы, тактические действия и собственно игры таят в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей.

Темы и разделы выбраны с учётом имеющейся материальной базы и местных климатических условий. Программа рассчитана на детей 7-14 лет.

Отличительной особенностью является то, что данная программа предполагает знакомство сразу с несколькими видами спорта. В дальнейшем ребёнок может сделать осознанный выбор понравившегося вида спорта и продолжить заниматься целенаправленно.

Цель: содействие всестороннему развитию личности на основе овладения учащимися спортивными играми, укрепление здоровья через спортивную деятельность.

Задачи:

- Познакомить учащихся с играми, включающими основные виды движений (ходьбу, бег, прыжки, метания), элементарные игровые умения (ловля мяча, передачи, броски, удары по мячу) и технико-тактические взаимодействия.

- Углублять и расширять знания, умения и навыки, полученные на уроках физической культуры.

- Содействовать укреплению здоровья, разностороннему физическому развитию учащихся.

- Прививать любовь к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

- Воспитывать и развивать организаторские навыки у учащихся.

- Воспитывать дисциплинированность, доброжелательное отношение к товарищам, честность, отзывчивость, содействовать развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной активности.

Методы, формы и содержание: объяснение, показ, игровой метод, повторное выполнение упражнений, метод круговой тренировки.

Режим занятий:

Продолжительность одного академического часа – 45 мин

Перерыв между учебными занятиями – 10 минут

Общее количество часов в неделю – 5 часов

Занятия проводятся 5 раз в неделю по 1 часу.

Объем программы: 15 часов

Срок освоения: 3 недели

Программа рассчитана на 3 недели обучения в рамках летнего оздоровительного лагеря:

1 неделя обучения – 5 часов в неделю;

2 неделя обучения – 5 часов в неделю;

3 неделя обучения – 5 часов в неделю.

Методы и формы контроля:

- Самостоятельные занятия (текущие);
- Игры и соревнования;
- Контроль за индивидуальным физическим развитием и физической подготовленностью

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Введение	0,5	0,5	1	Опрос
2	Футбол		3	3	Соревнования, игры
3	Волейбол		3	3	Соревнования, игры
4	Баскетбол		3	3	Соревнования, игры
5	Настольный теннис		3	3	Соревнования, игры
6	Контрольные игры и соревнования.		2	2	Соревнования, игры
	ИТОГО:	0,5	14,5	15	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Теоретическая часть программы

1. История зарождения спортивных игр. Знания о физической подготовке. Общие представления о физических упражнениях и их отличии от бытовых движений и действий, правила выполнения общеразвивающих физических упражнений. Правила и приемы организующих команд.

Практическая часть программы

Футбол: остановка катящегося мяча; ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками и обводка стоек; остановка катящегося мяча внутренней частью стопы, удар ногой, с разбега, по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную (полоса шириной 1,5 м на расстояние до 7-8 м) и вертикальную (полоса шириной 2 м на расстояние 7-8 м) мишень; ведение мяча между предметами и обводка предметов.

Баскетбол: специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста, приставными шагами правым и левым боком; бег спиной вперед; остановка в шаге и прыжком; ведение мяча на месте, по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, остановка прыжком с двух шагов, ведение мяча в движении вокруг стоек («Змейкой»), ловля и передача мяча двумя руками от груди; бросок мяча с места; учебная игра.

Волейбол: специальные движения – подбрасывание мяча на нужную высоту и расстояние от туловища; передача сверху двумя руками вперед-вверх, прием мяча снизу двумя руками; передача двумя руками сверху, нижняя прямая подача.

Настольный теннис: правильная хватка ракетки, техника перемещений, тренировка упражнений с мячом и ракеткой; тренировка ударов «накат» справа и слева; изучение подачи; свободная игра.

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального общего образования являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на необходимом техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Условия реализации общеобразовательной общеразвивающей программы

Календарный учебный график

№ п/п	Основные характеристики образовательного процесса	
1	Количество учебных недель	3
2	Количество учебных дней	15

3	Количество часов в неделю	5
4	Количество часов	15
5	Начало занятий	04.06.2024
6	Окончание занятий	25.06.2024

Материально-техническое обеспечение спортивный инвентарь

Нормативные документы

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее — ФЗ);
2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 .г № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);
3. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. N2 996-р);
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N2 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее — СанПиН);
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
6. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее — Порядок);
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 года № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации» от 9 ноября 2018 г. № 196;
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
10. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
13. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Железняк М.Н., Спортивные игры. – М., 2001
2. Портных Ю.И., Спортивные и подвижные игры. – М., 2004г.
3. Спортивные игры в физическом воспитании школьников: Учебное пособие/ О.П. Дегтярева, И.П. Лопатин, В.А. Петров, Ю.И. Портных, С.Л. Фетисова. — Спб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 1998.