

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Одинцовская гимназия №13

Рассмотрено на заседании
методического совета
от «30» августа 2024
Протокол № 1

Утверждаю
Директор
Молибог Е.П.
«30» августа 2024г.

Дополнительная общеразвивающая модульная программа
физкультурно-спортивной направленности
«Элементы спортивных игр»
(базовый уровень)

Возраст обучающихся: 7 – 17 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Камынин Владимир Владимирович
Учитель физической культуры

г. Одинцово, 2024г.

I. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Название программы	Дополнительная общеразвивающая модульная программа физкультурно-спортивной направленности «Элементы спортивных игр». - направленность: физкультурно-спортивная - уровень: <i>базовый</i> ; - возраст детей: <i>7 – 17 лет</i>
Автор программы	<i>Учитель физической культуры высшей категории Камынин Владимир Владимирович</i>
Цель программы	
Задачи программы	<p><u>Личностные задачи:</u> ориентироваться в понятиях «здоровый образ жизни», «ОФП» характеризовать роль и значение занятий с оздоровительной направленностью в режиме труда и отдыха; планировать и корректировать физическую нагрузку в зависимости от индивидуальных особенностей, состояния здоровья, физического развития, физической подготовленности; установка на здоровый образ жизни; ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей в игровой деятельности; эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им в процессе знакомства с играми на развитие сенсорной чувствительности; знание основных моральных норм;</p> <p><u>Предметные задачи:</u> соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий; адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей во время показательных выступлений, индивидуальных и групповых заданий; оценивать правильность выполнения действия; адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей; проявлять инициативу в творческом сотрудничестве при составлении комплексов упражнений, игровых ситуаций; организовывать и проводить игры на переменах; самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения упражнений, заданий учителя и вносить коррективы в исполнение по ходу реализации и после.</p> <p><u>Метапредметные задачи:</u> Обучающийся получит возможность научиться: учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве ; договариваться и приходить к общему решению в работе по группам, микрогруппам, парам; контролировать действия партнёра в парных упражнениях; осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь при проведении диагностики; задавать вопросы, необходимые для выполнения заданий творческого</p>

	характера в составлении комплексов упражнений индивидуально и в сотрудничестве с партнёром.
Сроки реализации	<i>2024-2025 учебный год</i>
Механизмы реализации программы	<i>Программа «Элементы спортивных игр» рассчитана на 72 часа (2 раза в неделю по 1 академическому часу)</i>
Ожидаемые результаты реализации программы	<p><u>Личностные:</u> Организованность, целеустремлённость, любознательность, коммуникабельность, дружелюбие.</p> <p><u>Предметные:</u> Учащиеся умеют правильно организовывать свои активные действия Умение доводить начатое дело до конца Самостоятельное выполнение работы разной степени сложности, овладев основными приёмами и навыками работы со спортивным инвентарем. организаторские способности, потребность в здоровом образе жизни.</p> <p><u>Метапредметные:</u> Умение работать в группе, выполнять общие задачи, быть терпимыми к чужому мнению, позиции, проявляют доброжелательные отношения друг другу, умеют слушать и слышать другого, проявляют такт и уважение к окружающим.</p>
Система контроля над исполнением программы	

II. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая модульная программа «Элементы спортивных игр» имеет физкультурно-спортивную направленность, профиль — «общая физическая подготовка». Разработана на основе требований:

ФЕДЕРАЛЬНЫЕ ДОКУМЕНТЫ

- Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» (№273-ФЗ от 29.12.2012).
- Концепция развития дополнительного образования до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 №678-р;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (зарегистрирован 26.09.2022 №70226)
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций»

НОВИЗНА программы состоит в том, что она направлена не только на укрепление здоровья, развитие общефизических и спортивных качеств ребёнка, но и развитие творческих способностей детей с разной физической подготовкой.

АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ

По данным многочисленных обследований физическое развитие и здоровье детей школьного возраста в настоящее время по ряду причин значительно ухудшилось. Современные дети, особенно в крупных городах высокоразвитых стран, ведут малоподвижный образ жизни, в отличие от предыдущих поколений. Представляется целесообразным в свете современных тенденций развития спорта и фитнеса введение в дополнительные занятия направленных на развитие физических качеств школьников и повышения их уровня осведомленности об уровне развития современного массового спорта.

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ программы объясняется тем, что в современном мире, обязательно нужно уделять время своей двигательной активности. Командные и соревновательные действия хорошо увлекают детей, и прививают им правильные и полезные привычки.

ОТЛИЧИТЕЛЬНАЯ ОСОБЕННОСТЬ данной образовательной программы от уже существующих в этой области заключается в том, что на занятиях постоянно ведется активная деятельность, которая положительным образом отразится на укреплении здоровья, самоконтроле и позитивному отношению к окружающему миру в рамках двигательной активности.

АДРЕСАТ ПРОГРАММЫ. Программа рассчитана на обучение детей 7- 17 лет. Занятия проводятся в группах без специального отбора и подготовки.

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ И РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ. Программа «Элементы спортивных игр» предполагает групповую форму обучения. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа. Итого 72 часа в год. Срок реализации программы – 1 год.

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ

формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.

Цель конкретизирована следующими задачами:

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию учащихся;
- популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;
- формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям спортивными играми;
- обучение технике и тактике спортивных игр;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- формирование у учащихся необходимых теоретических знаний;
- воспитание моральных и волевых качеств.

ЗАДАЧИ:

Личностные задачи:

ориентироваться в понятиях «здоровый образ жизни», «ОФП»
характеризовать роль и значение занятий с оздоровительной направленностью в режиме труда и отдыха; планировать и корректировать физическую нагрузку в зависимости от индивидуальных особенностей, состояния здоровья, физического развития, физической подготовленности;
установка на здоровый образ жизни;
ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей в игровой деятельности;
эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им в процессе знакомства с играми на развитие сенсорной чувствительности;
знание основных моральных норм;

Предметные задачи:

соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий;
адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей во время показательных выступлений, индивидуальных и групповых заданий;
оценивать правильность выполнения действия;
адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей;
проявлять инициативу в творческом сотрудничестве при составлении комплексов упражнений, игровых ситуаций;
организовывать и проводить игры на переменах;
самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения упражнений, заданий учителя и вносить коррективы в исполнение по ходу реализации и после.

Метапредметные задачи:

Обучающийся получит возможность научиться:
учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве ;
договариваться и приходить к общему решению в работе по группам, микрогруппам, парам;
контролировать действия партнёра в парных упражнениях;
осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь при проведении диагностики;

задавать вопросы, необходимые для выполнения заданий творческого характера в составлении комплексов упражнений индивидуально и в сотрудничестве с партнёром.

III. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Программа «Элементы спортивных игр» рассчитана на 72 часа (2 раза в неделю по 1 академическому часу)

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		теория	практика	Всего	
Модуль 1 Физическая подготовка, основы спортивных игр – 36Ч.					
1.	Вводное занятие: - организационные вопросы; - правила техники безопасности	1		1	Текущий
2.	Общая физическая подготовка Легкая атлетика Подвижные игры	1	15	16	Текущий
3.	Спортивные игры	1	18	19	Текущий
Модуль 2 Элементы спортивных игр – 36Ч.					
1.	Общая физическая подготовка Гимнастика и акробатика Подвижные игры	1	13	14	Текущий
2.	Спортивные игры	1	21	22	Текущий
ИТОГО:					72

IV. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

МОДУЛЬ 1. Физическая подготовка

Теория: Правила техники безопасности нахождения в спортивном зале, правила поведения на занятиях. Техника безопасности при выполнении упражнений. Обучение двигательным действиям ОФП.

Практика: Беговые, прыжковые и метательные упражнения. Упражнения на турниках, матах, канате.

МОДУЛЬ 2. Элементы спортивных игр

Теория: Правила техники безопасности нахождения в спортивном зале, правила поведения на занятиях. Техника безопасности при выполнении упражнений. Техника безопасности в подвижных и спортивных играх.

Практика: Беговые ролевые игры. Игры на внимание. Игры на сплочение. Спортивные игры. Пионербол. Волейбол. Баскетбол. Футбол.

V. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные:

Организованность, целеустремлённость, любознательность, коммуникабельность, дружелюбие.

Предметные:

Учащиеся умеют правильно организовывать свои активные действия

Умение доводить начатое дело до конца

Самостоятельное выполнение работы разной степени сложности, овладев основными приёмами и навыками работы со спортивным инвентарем.

организаторские способности, потребность в здоровом образе жизни.

Метапредметные:

Умение работать в группе, выполнять общие задачи, быть терпимыми к чужому мнению, позиции, проявляют доброжелательные отношения друг другу, умеют слушать и слышать другого, проявляют такт и уважение к окружающим.

Формы аттестации:

- создание проблемных, затруднительных игровых заданий;
- передача обучающемуся роли педагога;
- самооценка обучающихся своих знаний и умений;
- групповая оценка работы на тренировке;

Кадровое обеспечение программы.

Реализацию программы обеспечивает учитель физической культуры, обладающий не только профессиональными знаниями, но и компетенциями в организации и ведении образовательной деятельности спортивного объединения.

VI. МОНИТОРИНГ.

Данная программа предполагает мониторинг спортивных навыков детей.

VII. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

В процессе реализации программы используются следующие виды контроля: текущий и итоговый:

- текущий контроль включает в себя устные опросы, выполнение практических заданий;
- итоговый контроль осуществляется в форме тренировочных игр и выполнения спортивных заданий.

VIII. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

В процессе реализации Программы используются:

- спортивный зал
- спортивная форма
- спортивный инвентарь (мячи, конусы и пр.)

IX. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО): документы и методические материалы/ Паршикова Н.В., Виноградов П.А., Бабкин В.В., Уваров В.А. – М.: Советский спорт, 2014. – 60с.
Культура тела и духа/ Царик А.В. – М.: Советский спорт, 2015. - 168с.
Теоретико-методические аспекты практики спорта: учебное пособие/ Фискалов В.Д., Черкашин В.П. –М.: Спорт, 2016.- 352 с.
Теория и методика обучения базовым видам спорта. Подвижные игры: учебник/ Луткова Н.В., Макаров Ю.М., Минина Л.Н. – М.: Академия, 2014. – 272с.
Упражнения с предметами (гимнастическая скамейка, стенка)/ Глейberman А.Н. – М.: Физкультура и Спорт, 2015. – 224с.
Физическая культура: Учебник. 7-е издание/ Барчуков И.С.М.: Академия, 2013. – 528с.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Одинцовской гимназии 13

_____Е.П.Молибог

«30»августа 2024 г.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «Элементы спортивных игр» (базовый уровень)

Год обучения: 1

Группа: 1

№	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
Модуль 1. «Физическая подготовка, подвижные и спортивные игры» - 36 часов								
1.				Групповая	1	Инструктаж по технике безопасности. Гигиенические требования к подбору спортивной одежды и обуви. Подвижные игры.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
2.				Групповая	1	Спортивные игры. Пионербол.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
3.				Групповая	1	Значение утренней гимнастики. Бег на короткие дистанции. Подвижные игры.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
4.				Групповая	1	Спортивные игры. Пионербол.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
5.				Групповая	1	Значение физических упражнений для укрепления здоровья. Прыжки в длину с места. Подвижные игры.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
6.				Групповая	1	Спортивные игры. Пионербол.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
7.				Групповая	1	Вредные привычки. Челночный бег 3х10м. Подвижные игры.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
8.				Групповая	1	Спортивные игры. Пионербол с элементами волейбола.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий

9.				Групповая	1	Предупреждение спорт, травм на занятиях. Челночный бег 3x10м.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
10.				Групповая	1	Подвижные игры. Спортивные игры. Пионербол с элементами волейбола.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
11.				Групповая	1	Челночный бег 3x10м. Подвижные игры.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
12.				Групповая	1	Спортивные игры. Пионербол с элементами волейбола.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
13.				Групповая	1	Кроссовая подготовка. Подвижные игры.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
14.				Групповая	1	Спортивные игры. Пионербол с элементами волейбола.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
15.				Групповая	1	Прыжки в длину с места и разбега. Подвижные игры. Волейбольные упражнения.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
16.				Групповая	1	Спортивные игры. Волейбол.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
17.				Групповая	1	Игры-эстафеты с мячом. Подвижные игры. Волейбольные упражнения.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
18.				Групповая	1	Спортивные игры. Волейбол.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
19.				Групповая	1	Игры-эстафеты с мячом. Подвижные игры. Волейбольные упражнения.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
20.				Групповая	1	Спортивные игры. Волейбол.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
21.				Групповая	1	Метание малого мяча. Подвижные игры. Волейбольные упражнения.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
22.				Групповая	1	Спортивные игры. Волейбол.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
23.				Групповая	1	Ходьба с изменением направления движения по ориентирам. Подвижные игры.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
24.				Групповая	1	Спортивные игры. Футбольные упражнения.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
25.				Групповая	1	Полоса препятствий с элементами бега, метания и ходьбы. Подвижные игры. Футбольные упражнения.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
26.				Групповая	1	Спортивные игры. Футбол.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
27.				Групповая	1	Беговые упражнения. Подвижные игры. Футбольные упражнения.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
28.				Групповая	1	Спортивные игры. Футбол.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий

29.				Групповая	1	Эстафеты. Подвижные игры. Футбольные упражнения.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
30.				Групповая	1	Спортивные игры. Футбол.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
31.				Групповая	1	Строевые упражнения с перестроениям. Подвижные игры. Футбольные упражнения.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
32.				Групповая	1	Спортивные игры. Футбол.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
33.				Групповая	1	Эстафеты. Подвижные игры. Футбольные упражнения.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
34.				Групповая	1	Спортивные игры. Футбол.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
35.				Групповая	1	Спортивные игры. Футбол.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
36.				Групповая	1	Спортивные игры. Футбол.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
Модуль 2. «Тактические командные взаимодействия» - 36 часов								
1.				Групповая	1	Построение и перестроение. Упражнение на гибкость. Подвижные игры.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
2.				Групповая	1	Спортивные игры. Баскетбольные упражнения.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
3.				Групповая	1	Построение и перестроение. Упражнение на гибкость. Подвижные игры.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
4.				Групповая	1	Спортивные игры. Баскетбольные упражнения.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
5.				Групповая	1	Построение и перестроение. Упражнение на гибкость. Подвижные игры. Баскетбольные упражнения.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
6.				Групповая	1	Спортивные игры. Баскетбол.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
7.				Групповая	1	Прыжки на скакалке. Акробатика: перекаты, группировки. Подвижные игры. Баскетбольные упражнения.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
8.				Групповая	1	Спортивные игры. Баскетбол.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
9.				Групповая	1	Построение и перестроение. Подвижные игры. Баскетбольные упражнения.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
10.				Групповая	1	Спортивные игры. Баскетбол.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
11.				Групповая	1	Акробатические упражнения: кувырок вперед и назад, равновесие, мост, стойка на лопатках, прыжок прогнувшись. Подвижные игры. Баскетбольные упражнения.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
12.				Групповая	1	Спортивные игры. Баскетбол.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий

13.			Групповая	1	Построение и перестроение. Подвижные игры. Баскетбольные упражнения.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
14.			Групповая	1	Спортивные игры. Баскетбол.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
15.			Групповая	1	Лазанье по наклонной гимнастической скамейке, ходьба по скамейке разными способами. Подвижные игры. Волейбольные упражнения.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
16.			Групповая	1	Спортивные игры. Пионербол. Волейбол.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
17.			Групповая	1	Строевое упражнение с перестроением из колонны по одному в колонну по два. Подвижные игры. Волейбольные упражнения.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
18.			Групповая	1	Спортивные игры. Пионербол. Волейбол.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
19.			Групповая	1	Висы на шведской лестнице. Подвижные игры. Волейбольные упражнения.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
20.			Групповая	1	Спортивные игры. Пионербол. Волейбол.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
21.			Групповая	1	Круговая тренировка по акробатике. Подвижные игры. Волейбольные упражнения.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
22.			Групповая	1	Спортивные игры. Пионербол. Волейбол.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
23.			Групповая	1	Игры-эстафеты с элементами акробатики. Подвижные игры. Волейбольные упражнения.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
24.			Групповая	1	Спортивные игры. Пионербол. Волейбол.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
25.			Групповая	1	Игры-эстафеты с элементами акробатики Подвижные игры. Волейбольные упражнения.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
26.			Групповая	1	Спортивные игры. Пионербол. Волейбол.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
27.			Групповая	1	Лазание по канату. Подвижные игры. Волейбольные упражнения.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
28.			Групповая	1	Спортивные игры. Пионербол. Волейбол.	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
29.			Групповая	1	Спортивные игры на выбор	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
30.			Групповая	1	Спортивные игры на выбор	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
31.			Групповая	1	Спортивные игры на выбор	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
32.			Групповая	1	Спортивные игры на выбор	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
33.			Групповая	1	Спортивные игры на выбор	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий

34.				Групповая	1	Спортивные игры на выбор	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
35.				Групповая	1	Спортивные игры на выбор	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
36.				Групповая	1	Спортивные игры на выбор	МБОУ Одинцовская гимназия №13	Текущий
ИТОГО: 72 часа								