Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 105 г. Челябинска имени В.П. Середкина»

Принята на заседании
педагогического совета
от 30.08.2022 г.
Протокол №1

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «СОШ № 105 г. Челябинска»
Н.Е. Мясникова
«30» августа 2022 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Спортивные игры» (объединение)

Уровень: основное общего образования

Срок освоения: 1 год
Классы: 5-7 классы

Разработчик программы:

Евсеев А.В.,
учитель ОБЖ

Челябинск, 2022

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивные игры» в 5-7 классах составлена в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ

«Об образовании в Российской Федерации»;

- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р

«Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" (Зарегистрирован 26.09.2022 № 70226)
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23. 08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.12.2006 №06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
- Приказ Минтруда России от 05.05.2018 N 298н «Об утверждении профессионального стандарта Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Целью объединения является формирование у обучающихся сознательного отношения к своему здоровью, к занятиям физической культурой, овладение навыками игры в баскетбол. Достижение гармоничного развития учащихся в целом.

Задачи:

- воспитание у учащихся высоких нравственных, волевых качеств, трудолюбия, активности;

- подготовка физически крепких, ловких, здоровых, сильных и способных преодолевать любые трудности в жизни;
- формирование жизненно важных умений и навыков
- Развитие двигательных качеств в спортивных играх-координации, ловкости, выносливости.
- Научить играть в спортивные игры.
- Привить обучающимся любовь и потребность к занятиям физкультурой и спортом.

Планируемые результаты

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются личностные, метапредметные и предметные результаты.

Личностные результаты обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей; *предметные* – через формирование основных элементов научного знания, а *метапредметные* результаты – через универсальные учебные действия (далее УУД).

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:

- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;

- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключающего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;

- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

Метапредметные результаты:

- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;

- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;

- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;

- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;

- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

Виды УУД, формируемые на занятиях внеурочной деятельности:

Личностные	Регулятивные	Познавательные	Коммуникативные
1.Самоопределение 2.Смысло-образование	1.Соотнесение известного и неизвестного	1.Формулирование цели 2.Выделение необходимой	1.Строить продуктивное взаимодействие

	2.Планирование 3.Оценка 4.Способность к волевому усилию	информации 3.Структурирование 4.Выбор эффективных способов решения учебной задачи 5.Рефлексия 6.Анализ и синтез 7.Сравнение 8.Классификации 9.Действия постановки и решения проблемы	между сверстниками и педагогами 2.Постановка вопросов 3.Разрешение конфликтов

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

Основной показатель реализации программы «Спортивные игры»- стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей выполнения программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической, интегральной и теоретической подготовки (по истечении каждого года), результаты участия в соревнованиях.

Способы проверки результатов

- зачеты по теоретическим основам знаний;
- мониторинг личностного развития воспитанников;
- диагностирование уровня физического развития, функциональных возможностей детей;
- тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков;
- участие в соревнованиях;

Содержание программы

Знания о физической культуре (в процессе занятий):

Физическая культура и спорт. Возникновение и история физической культуры. Достижения российских спортсменов.

Гигиена, предупреждение травм, Личная гигиена. Двигательный режим школьников-подростков. Оздоровительное и закаливающее влияние естественных факторов природы (солнце, воздух и вода) и физических упражнений.

Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь. Правила соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным играм.

Физическое совершенствование:

Футбол

Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой. Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.

Волейбол

Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки. Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Техника защиты. Блокирование. Взаимодействие игроков передней линии при приеме Контрольные игры и соревнования.

Бадминтон

Основы техники и тактики игры. Правильная хватка ракетки, способы игры Техника перемещений Тренировка упражнений с воланом и ракеткой. Подача открытой и закрытой стороной ракетки Далёкий удар с замаха сверху. Плоская подача. Короткие удары Общая физическая подготовка

Гандбол

Основные правила игры. Спортивная одежда и обувь. Техника игры в нападении. Техника игры в защите. Стойки и перемещения, остановки. Ловля и передача мяча двумя руками на месте. Ловля и передача мяча двумя руками в движени Ведение мяча и бросок Блокирование броска. Отбор и выбивание мяча. Игра вратаря. Учебная игра.

Баскетбол.

Основы техники и тактики. Техника передвижения Повороты в движении. Сочетание способов передвижений. Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока. Ловля мяча одной рукой на уровне груди. Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трех очковой линии. Ведение мяча с изменением высоты отскока. Ведение мяча с изменением скорости. Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока. Групповые действия. Учебная игра

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности.

Тематическое планирование	Характеристика видов деятельности учащихся
Знания о физической культуре (в процессе уроков)	
История физической культуры. Мифы и легенды о зарождении Олимпийских игр древности Физическая культура (основные понятия).	Характеризовать Олимпийские игры как яркое культурное событие древнего мира. Рассказывать о видах спорта, входящих в программу соревнований Олимпийских игр древности
Физическое развитие человека. Характеристика его основных показателей Осанка как показатель физического развития человека.	Характеризовать понятие «физическое развитие», приводить примеры изменения его показателей, сравнивать показатели физического развития родителей со своими показателями.
Правила соревнований, Правила игры в футбол, волейбол, бадминтон, гандбол. баскетбол	Изучают правила спортивных игр, применяют их на практике.
Физическое совершенствование	
Футбол	
Инструктаж по Т.Б. Стойки игрока Перемещение в стойке Остановки, ускорения Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой. Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.	Изучают историю футбола и запоминают имена выдающихся отечественных футболистов. Овладевают основными приёмами игры в футбол Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности
Волейбол	
Инструктаж по Т.Б. Техника нападения. Действия без мяча.	Изучают историю волейбола и запоминают имена выдающихся

Перемещения и стойки. Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Техника защиты. Блокирование. Взаимодействие игроков передней линии при приеме Контрольные игры и соревнования.	отечественных волейболистов — олимпийских чемпионов. Овладевают основными приёмами игры в волейбол Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности
Бадминтон	
Инструктаж по Т.Б. Основы техники и тактики игры. Правильная хватка ракетки, способы игры Техника перемещений Тренировка упражнений с воланом и ракеткой. Подача открытой и закрытой стороной ракетки Далёкий удар с замаха сверху. Плоская подача. Короткие удары Общая физическая подготовка	Изучают историю бадминтона и запоминают имена выдающихся отечественных спортсменов. Овладевают основными приёмами игры в бадминтон. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности
Гандбол.	
Инструктаж по Т.Б. Основные правила игры. Спортивная одежда и обувь. Техника игры в нападении Техника игры в защите. Стойки и перемещения, остановки. Ловля и передача мяча двумя руками на месте. Ловля и передача мяча двумя руками в движении. Ведение мяча и бросок Блокирование броска. Отбор и выбивание мяча. Игр вратаря. Учебная игра.	Изучают историю гандбола и запоминают имена выдающихся отечественных гандболистов. Овладевают основными приёмами игры в гандбол Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий,

	соблюдают правила безопасности
Баскетбол.	
Инструктаж по Т.Б. Основы техники и тактики. Техника передвижения Повороты в движении. Сочетание способов передвижений. Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока. Ловля мяча одной рукой на уровне груди. Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трех очковой линии. Ведение мяча с изменением высоты отскока. Ведение мяча с изменением скорости. Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока. Групповые действия. Учебная игра	Изучают историю баскетбола и запоминают имена выдающихся отечественных спортсменов — олимпийских чемпионов. Овладевают основными приёмами игры в баскетбол Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности

Календарно-тематическое планирование

5-7 классы (102 часа)

№	Название темы	Форма организации	Кол-во часов	ЭОР
	Футбол			
1	Техника передвижения.	Теор., Такт.пркатика	1	https://uchebnik.mos.ru
2	Техника передвижения ч.2.	Теор., Такт.пркатика	1	https://uchebnik.mos.ru
3	Удары по мячу головой, ногой	Теор., Такт.пркатика	1	https://uchebnik.mos.ru
4	Удары по мячу головой, ногой ч.2	Теор., Такт.пркатика	1	https://uchebnik.mos.ru
5	Удары по мячу головой, ногой ч.3	Теор., Такт.пркатика	1	https://uchebnik.mos.ru
6	Остановка мяча. Ведение мяча.	Теор., Такт.пркатика	1	https://uchebnik.mos.ru
7	Остановка мяча. Ведение мяча. ч.2	Теор., Такт.пркатика	1	https://uchebnik.mos.ru
8	Обманные движения.	Теор.,	1	https://uchebnik.mos.ru

		Такт.пркатика		
9	Обманные движения.ч.2	Теор., Такт.пркатика	1	https://uchebnik.mos.ru
10	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии..	Теор., Такт.пркатика	1	https://uchebnik.mos.ru
11	Техника игры вратаря	Теор., Такт.пркатика	1	https://uchebnik.mos.ru
12	Техника игры вратаря ч.2	Теор., Такт.пркатика	1	https://uchebnik.mos.ru
13	Тактика игры в футбол. Тактика нападения.	Теор., Такт.пркатика	1	https://uchebnik.mos.ru
14	Тактика игры в футбол. Тактика нападения. ч.2	Теор., Такт.пркатика	1	https://uchebnik.mos.ru
15	Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	Теор., Такт.пркатика	1	https://uchebnik.mos.ru
16	Индивидуальные действия без мяча, с мячом. ч.2	Теор., Такт.пркатика	1	https://uchebnik.mos.ru
17	Тактика защиты.	Теор., Такт.пркатика	1	https://uchebnik.mos.ru
18	Тактика защиты. ч.2	Теор., Такт.пркатика	1	https://uchebnik.mos.ru
19	Индивидуальные действия. вратаря.	Теор., Такт.пркатика	1	https://uchebnik.mos.ru
21	Индивидуальные действия. вратаря. ч.1	Теор., Такт.пркатика	1	https://uchebnik.mos.ru
22	Групповые действия.	Теор., Такт.пркатика	1	https://uchebnik.mos.ru
23	Групповые действия. ч.2	Теор., Такт.пркатика	1	https://uchebnik.mos.ru
24	Групповые действия. ч.3	Теор., Такт.пркатика	1	https://uchebnik.mos.ru
25	Учебная игра 5на5	Теор., Такт.пркатика	1	https://uchebnik.mos.ru
26	Учебная игра 5на5 ч.2	Теор., Такт.пркатика	1	https://uchebnik.mos.ru
27	Учебная игра 7на7	Теор., Такт.пркатика	1	https://uchebnik.mos.ru
30	Учебная игра 7на7 ч.1	Теор., Такт.пркатика	1	https://uchebnik.mos.ru
	Волейбол	Теор., Такт.пркатика		

31	Техника нападения. Действия без мяча.	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
32	Перемещения и стойки.	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
33	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность.	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
34	Передача на точность. Встречная передача.	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
35	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая,	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
36	подача сверху	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
37	Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками.	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
38	Техника защиты. Блокирование.	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
39	Групповые действия игроков.	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
40	Взаимодействие игроков передней линии при приеме от подачи	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
41	Командные действия. Прием подач.	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
42	Расположение игроков при приеме	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
43	Контрольные игры и соревнования.	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
44	Контрольные игры и соревнования.	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
	Бадминтон.			
45	Основы техники и тактики игры.	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
46	Правильная хватка ракетки, способы игры	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
47	Техника перемещений.	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
48	Тренировка упражнений с воланом и ракеткой.	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
49	Изучение подач.	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru

50	Подача открытой и закрытой стороной ракетки	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
52	Тренировка ударов справа и слева.	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
53	Далёкий удар с замаха сверху.	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
54	Сочетание ударов.	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
55	Плоская подача. Короткие удары	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
56	Свободная игра. Игра на счет.	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
57	Соревнования.	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
58	Общая физическая подготовка	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
59	Контрольные упражнения	Контроль	1	http://window.edu.ru
	Гандбол			
60	Ручной мяч. Основные правила игры.	Теор., Такт.	1	http://window.edu.ru
61	Ручной мяч. Основные правила игры.ч.2	Теор., Такт.	1	http://window.edu.ru
62	Спортивная одежда и обувь. Техника игры в нападении	Теор., Такт. СФП	1	http://window.edu.ru
63	Техника игры в защите.	Теор., Такт.	2	http://window.edu.ru
64	Техника игры в защите.ч.2	Теор., Такт.	2	http://window.edu.ru
65	Стойки и перемещения, остановки.	Теор., Такт.	1	http://window.edu.ru
66	Стойки и перемещения, остановки. ч.2	Теор., Такт.	1	http://window.edu.ru
67	Ловля и передача мяча двумя руками на месте .	Теор., Такт.	1	http://window.edu.ru
70	Ловля и передача мяча двумя руками на месте ч.2.	Теор., Такт.	1	http://window.edu.ru
71	Ловля и передача мяча двумя руками в движении.	Теор., Такт.	1	http://window.edu.ru
72	Ловля и передача мяча двумя руками в движении.ч.2	Теор., Такт. практика	1	http://window.edu.ru
73	Ведение мяча и бросок.	Теор., Такт. практика	1	http://window.edu.ru

74	Ведение мяча и бросок. ч.2	Теор., Такт. практика	1	http://window.edu.ru
75	Ведение мяча и бросок. ч.3	Теор., Такт. практика	1	http://window.edu.ru
77	Блокирование броска.	Теор., Такт. практика	1	http://window.edu.ru
78	Блокирование броска.ч.1	Теор., Такт. практика	1	http://window.edu.ru
79	Отбор мяча.	Теор., Такт. практика	1	http://window.edu.ru
80	Отбор мяча. ч.2	Теор., Такт. практика	1	http://window.edu.ru
81	Отбор и выбивание мяча.	Теор., Такт. практика	1	http://window.edu.ru
82	Игра вратаря. Учебная игра.	Теор., Такт.	1	http://window.edu.ru
83	Игра вратаря. Учебная игра.ч.1	Теор., Такт.	1	http://window.edu.ru
84	Учебная игра.	Теор., Такт. практика Контроль	1	http://window.edu.ru
	Баскетбол.			
85	Основы техники и тактики. Техника передвижения.	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
86	Основы техники и тактики. Техника передвижения. ч.1	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
87	Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
88	Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.ч.2	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
89	Техника нападения.	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
90	Техника нападения.ч.2	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
91	Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока.	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
92	Ловля мяча одной рукой на уровне груди.	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
93	Броски мяча двумя руками с	Теор.,	1	http://window.edu.ru

	места.	Такт.пркатика		
94	Броски мяча двумя руками с места. ч.2	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
95	Штрафной бросок	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
96	Штрафной бросок ч.2	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
97	Штрафной бросок ч.3	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
98	Бросок с трех очковой линии.	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
99	Бросок с трех очковой линии.ч1	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
100	Бросок с трех очковой линии.ч.3	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
101	Бросок с трех очковой линии.ч.4	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
102	Обводка соперника с изменением высоты отскока.	Теор., Такт.пркатика	1	http://window.edu.ru
	ИТОГО:		**102**	