

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА – ДЕТСКИЙ САД N 52»

Рассмотрено на
методическом объединении
Протокол № 01 от
30.08.2024 г.

«Утверждено»

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

Составитель программы
Журавлева Ирина Даниловна,
педагог дополнительного образования

г. Петропавловск-Камчатский

2024 год

№ п/п	Разделы	Комментарии
1.1	Цели и задачи	Данная программа разработана для внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности для учащихся 1-4 классов Внеурочная деятельность является важной частью физического воспитания младшего школьника и создает максимально благоприятные условия для раскрытия не только его физических, но и духовных способностей, его самоопределения. Современное образование предъявляет высокие требования к учащимся и их здоровью. Тем самым, школа должна создать условия, способствующие сохранению и укреплению физического и психического здоровья, условий для самоопределения и творческой самореализации личности. Данная программа составлена в соответствии с основными положениями ФГОС НОО, представляет собой углубленный и расширенный курс дисциплины «Физическая культура», раздел «Спортивные игры» авторов 1) Матвеев А.П. «Физическая культура 1, 2 класс» 2) Петрова Т.В, Копылова Ю.А., Полянская Н.В., Петров С.С. «Физкультура 3, 4 классы», Цели: ➤ Воспитание всесторонне развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения своего здоровья, оптимизации учебной деятельности и организации активного отдыха. Задачи: ✓ Сохранение и укрепление здоровья. ✓ Создание полноценных условий для реализации двигательной потребности. ✓ Формирование знаний о физкультурно-оздоровительной деятельности и ее связи с культурно-историческими и медико-биологическими основами, а также ее значении для жизнедеятельности. ✓ Формирование базы основных двигательных навыков и умений, широко используя игровую деятельность. ✓ Средствами спортивной игры способствовать формированию и совершенствованию специфической физической подготовленности и физического развития. ✓ Способствовать психоэмоциональному воспитанию личности в специально созданных условиях спортивного состязания. Воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к окружающим людям, честности, отзывчивости, смелости. ✓ Прививать потребность вести самоконтроль своего здоровья, функционального состояния организма, физическим развитием. ✓ Формировать базовые знания о коррекции функционального состояния после перенесенного заболевания или травмы.
1.2	Описание места учебного предмета «Физическая	Количество занятий по данной программе соответствует 2 часа в неделю в течение 36 недель, во внеурочное время. Занятия составлены с учетом возраста, пола и физической подготовленности обучающихся. Программа состоит из

	культура» в учебном плане ДО	разделов: баскетбол, волейбол, футбол, Программой предусмотрено проведение стартового, промежуточного и итогового диагностирования уровня физического развития и физической подготовки соответствующей специфике спорта.
2	Планируемые результаты изучения	Личностными результатами программы по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» является формирование следующих умений: - определять простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве на принципах уважения, доброжелательности, сопереживания и взаимопомощи; - управлять своими эмоциями и проявлять положительные качества личности в различных игровых и других ситуациях; - проявлять упорство, трудолюбие и дисциплинированность в достижении поставленных целей; - умение не создавать конфликты, находить выходы из спорных ситуаций, оказывать посильную помощь своим сверстникам; - формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни. Метапредметные результаты: Регулятивные УУД: - овладение способностью планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия в соответствии с поставленной задачей; - определение общей цели и путей её достижения; - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи и отношения между объектами и процессами; - умение договариваться о распределении ролей и функций в игровой деятельности, осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение других учеников; - умение конструктивно разрешать конфликты с учетом интереса сторон; Познавательные УУД: - умение самостоятельно добывать новые знания об истории игр, о правилах проведения, судействе из различных источников; перерабатывать информацию и делать выводы; - преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игр, придумывать свои формы игры. Коммуникативные УУД: - умение формулировать собственное мнение и доносить свою позицию до других; - умение слушать и объяснять правила игры и различных игровых заданий; - учитывать различные мнения, сотрудничать, договариваться и приходить к общему мнению, в том числе в ситуации столкновения интересов; - адекватно оценивать и выполнять правила игры, различные роли в группах и командах; - с уважением относиться к соперникам; Предметные результаты. Первостепенными результатами реализации программы являются: физическая подготовленность и высокий уровень развития двигательных навыков и умений:

		- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки ученика; - организовывать и проводить со сверстниками подвижные и спортивные игры с разной направленностью, уметь осуществлять судейство; - соблюдать технику безопасности во время игр на спортивных площадках, спортивном зале, на стадионе; - оказывать посильную помощь сверстникам при выполнении учебных заданий и во время игры; - взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных, спортивных игр и соревнований; - в доступной форме объяснять технику выполнения двигательных действий, анализировать, находить ошибки и исправлять их; - выполнять технические действия из базовых видов спорта и применять их в соревновательной и игровой деятельности; - осознание учащимися необходимости заботы о своем здоровье, уметь планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, правильно организовывать отдых и досуг с использованием различных средств физической активности; - формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием и показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости). - умение применять жизненно важные двигательные навыки и умения в изменяющихся, вариативных условиях. <i>Формы подведения итогов реализации программы — участие в спортивно - игровой программе с участием учащихся и родителей, тест на проверку уровня здоровья.</i>
3	Содержание учебного предмета «Физическая культура»	<i>Баскетбол (35 часов):</i> История, правила игры, площадка для игры, инвентарь. Предупреждение травм. Особенности разминки. Требования к физической подготовке, контрольные тесты. Стойка баскетболиста. Передача мяча в движении, на месте. Групповые передачи мяча. Передача и ловля мяча на месте, с отскоком от пола и без в сочетании с движением. Броски мяча с различной дистанции, двушажная техника. Ведение мяча. Игра на 1 кольцо по правилам стритбола. <i>Волейбол (25 часов):</i> История, правила игры, площадка для игры, инвентарь. Предупреждение травм. Особенности разминки. Требования к физической подготовке. Стойка волейболиста. Передача мяча над собой, в стену. Прием мяча, удар по мячу. Поддача мяча сверху и снизу. Игра через сетку по упрощенным правилам контрольные тесты. <i>Футбол (12 часов):</i> История игры и ее правила. Предупреждение травм. Особенности разминки. Требования к физической подготовке, контрольные тесты. Удары по неподвижному мячу внутренней стороной стопы и внутренней частью подъема стопы. Остановка катящегося мяча внутренней стороной топы. Передней частью подъема, подошвой. Ведение мяча носком стопы.

4	Форма организации обучения:	Командная, малыми группами, индивидуальная.
5	Мониторинг результатов усвоения программы	<i>Баскетбол.</i> Контрольное упражнение – прямая передача мяча в парах (15 сек) расстояние 5м. Ведение мяча змейкой на время, ведение мяча в высокой и низкой стойке, передача в парах на месте и в движении, знать и уметь играть по правилам на одно кольцо. Судейство: знать основные правила игры. Уметь узнавать технические ошибки, нарушения в игре. <i>Волейбол.</i> Контрольное упражнение – прием мяча снизу (15 сек). Выполнять подачу снизу. 5 попыток, прием мяча в низкой стойке, передача в парах на месте, выполнять подачу мяча снизу, знать и уметь играть по упрощенным правилам. Судейство: знать основные правила игры. Уметь узнавать технические ошибки, нарушения в игре. <i>Футбол.</i> Контрольное упражнение ведение мяча «змейкой разными способами.
6	Предполагаемый результат деятельности	1.Повышение уровня физической подготовленности младших школьников. 2.Повышение уровня качества знаний по вопросам здоровья и его сохранения. 3.Снижение последствий умственной нагрузки. 4.Способствовать развитию коллективизма в детском коллективе.

Тематическое планирование

№ п/п	Название темы	Кол-во часов
1	Баскетбол	35
2	Волейбол	25
3	Футбол	12
Всего		72

№ п/п	Тема урока	Кол- во часо в	Дата проведе ния
І. Баскетбол 35 ч			
1	Вводное занятие. История игры. Особенности инвентаря и одежды для занятий. Техника безопасности. Эстафеты с мячом.	1	
2	Упражнения на владение мячом: «восьмерка». Подвижные игры	1	
3	Упражнения на владение мячом: «восьмерка», «качели». Подвижные игры	1	
4	Упражнения на владение мячом: «восьмерка», «качели», «рикошет». Игра.	1	
5	Упражнения на владение мячом: ловля с хлопком после отскока, «арка». Подвижная игра.	1	
6	Упражнения на владение мячом: эстафеты с ловлей мяча	1	
7	Упражнения на владение мячом: эстафета передача мяча с отскоком	1	
8	Упражнения на владение мячом: прокатывание мяча в коридор из конусов, игра пятнашки с мячом	1	
9	Упражнения на владение мячом. Эстафеты с передачей мяча	1	
10	Высокая стойка и низкая. Положение ног и туловища. Эстафеты с хоккейной клюшкой и мячом.	1	
11	Упражнения индивидуальной подготовки владения мячом. Ведение на месте. Игра в пятнашки с мячом.	1	
12	Упражнения индивидуальной подготовки владения мячом. Бросок мяча. Подвижная игра.	1	
13	Упражнения индивидуальной подготовки владения мячом. Ведение на месте лежа. Подвижная игра с ловлей мяча.	1	
14	Упражнения индивидуальной подготовки владения мячом. Ведение на месте с изменением стойки. Подвижная игра	1	
15	Упражнения индивидуальной подготовки владения мячом. Ведение с продвижением по обозначенному коридору. Подвижная игра	1	
16	Упражнения индивидуальной подготовки владения мячом. Ведение на месте с продвижением между конусами. Подвижная игра	1	
17	Упражнения индивидуальной подготовки владения мячом. Ведение на месте сидя на полу. Подвижная игра	1	
18	Упражнения индивидуальной подготовки владения мячом. Ведение на месте попеременно руками. Подвижная игра	1	
19	Упражнения индивидуальной подготовки владения мячом. Ведение на месте с обводкой конуса. Подвижная игра	1	
20	Упражнения индивидуальной подготовки владения мячом. Ведение на месте с продвижением по обозначенному коридору «змейкой». Подвижная игра	1	
21	Упражнения индивидуальной подготовки владения мячом. Ведение на месте двух мячей одновременно. Подвижная игра	1	
22	Упражнения индивидуальной подготовки владения мячом. Ведение стоя на скамейке. Подвижная игра	1	
23	Упражнения индивидуальной подготовки владения мячом. Ведение с движением по двум скамейкам. Подвижная игра	1	
24	Упражнения индивидуальной подготовки владения мячом. Ведение с перешагиванием скамейки. Подвижная игра	1	

25	Упражнения индивидуальной подготовки владения мячом. Ведение на месте двух мячей попеременно. Подвижная игра	1	
26	Защита в баскетболе. Выбивание мяча сзади. Эстафеты.	1	
27	Упражнения индивидуальной подготовки владения мячом. Ведение на месте в кругу с выбиванием мяча у партнера. Подвижная игра	1	
28	Упражнения индивидуальной подготовки владения мячом. Ведение мяча. Передача мяча прямая в мишень. Подвижная игра	1	
29	Упражнения индивидуальной подготовки владения мячом. Ведение мяча. Передача мяча прямая в парах на месте. Подвижная игра	1	
30	Упражнения индивидуальной подготовки владения мячом. Ведение мяча. Передача мяча в парах с отскоком. Подвижная игра	1	
31	Упражнения индивидуальной подготовки владения мячом. Ведение мяча. Передача мяча в парах с перемещением «двойка». Подвижная игра	1	
32	Упражнения индивидуальной подготовки владения мячом. Ведение мяча. Передача мяча. Бросок мяча. Подвижная игра	1	
33	Ведение мяча. Передача мяча. Бросок мяча с отскоком от щита. Подвижная игра	1	
34	Контрольное упражнение: ведение мяча «змейкой»	1	
35	Контрольное упражнение: передача мяча в цель 30 сек.	1	
II. Волейбол 25 ч			
36	История игры. Особенности инвентаря одежды для занятий. Техника безопасности. Эстафета с волейбольным мячом. Правила игры «Пионербол»	1	
37	Упражнения индивидуальной физической подготовки – прыгучесть. Подвижная игра «Резиночная».	1	
38	Упражнения индивидуальной физической подготовки – прыгучесть. Подвижная игра «удочка».	1	
39	Упражнения индивидуальной физической подготовки – прыгучесть. Подвижная игра «Зайцы в огороде».	1	
40	Упражнения индивидуальной физической подготовки – прыгучесть. Подвижная игра «Кочки».	1	
41	Упражнения индивидуальной физической подготовки – прыгучесть. Подвижная игра «Бой петухов».	1	
42	Упражнения индивидуальной физической подготовки – сила. Подвижная игра «Гонка тачек».	1	
43	Упражнения индивидуальной физической подготовки – сила. Подвижная игра «Не задень мяча».	1	
44	Упражнения индивидуальной физической подготовки – сила. Подвижная игра «Перетяни канат».	1	
45	Упражнения индивидуальной физической подготовки – сила. Подвижная игра «Тяни в круг».	1	
46	Упражнения индивидуальной физической подготовки – быстрота. Подвижная игра «Третий лишний».	1	

47	Упражнения индивидуальной физической подготовки – быстрота. Подвижная игра «Стрелки».	1	
48	Упражнения индивидуальной физической подготовки – быстрота. Подвижная игра «Падающая палка».	1	
49	Упражнения индивидуальной физической подготовки – быстрота. Подвижная игра «Передал-садись!».	1	
50	Упражнения индивидуальной физической подготовки – быстрота. Подвижная игра «Третий лишний» вариант: один – два напротив	1	
51-52	Упражнения индивидуальной физической подготовки – быстрота. Подвижная игра в парах «Толчки мяча».	2	
53-54	Упражнения индивидуальной физической подготовки. – ловкость и координация. Подвижная игра «Охотники».	2	
55-56	Упражнения индивидуальной физической подготовки. – ловкость и координация. Подвижная игра «Волк, коза, ягненок».	2	
57-58	Упражнения индивидуальной физической подготовки. – ловкость и координация. Подвижная игра «Охотники и утки».	2	
59-60	Упражнения индивидуальной физической подготовки. – ловкость и координация. Подвижная игра «Горячий мяч».	2	
III. Футбол 12ч			
61	История развития игры «футбол». Правила. Площадка.	1	
62	Техника владения мячом. Навыки передачи мяча внутренней частью стопы.	1	
63	Техника владения мячом. Навыки передачи мяча внутренней частью подъема стопы.	1	
64	Техника владения мячом. Развитие ловкости. Навыки передачи мяча внутренней частью стопы. Эстафеты.	1	
65	Техника владения мячом. Навыки передачи мяча внутренней частью стопы. Остановка катящегося мяча подошвой. Эстафеты.	1	
66	Техника владения мячом. Навыки передачи мяча внутренней частью стопы. Передача в парах.	1	
67	Техника владения мячом. Навыки передачи мяча внутренней частью стопы в тройках.	1	
68	Техника владения мячом. Навыки ведения мяча внутренней частью стопы в движении.	1	
69	Техника владения мячом. Навыки передачи мяча внутренней частью стопы по принципу «о стенку». Эстафеты	1	
70	Техника владения мячом. Навыки передачи мяча в передвижении тройками. Эстафеты	1	
71	Техника владения мячом. Навыки передачи мяча в передвижении парами. Эстафеты	1	
72	Техника владения мячом. Навыки ведения мяча обводка «змейкой». Подвижная игра	1	

Список литературы для родителей

1. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011. – 77 с.
2. Внеурочная деятельность учащихся. Футбол: пособие для учителей и методистов/Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011. – 95 с.
3. Гуревич И.А. Физическая культура и здоровье. 300 соревновательно-игровых заданий/ И.А. Гуревич. – Минск: Вышэйшая школа, 2011
4. Голощапов Б.Р. история физической культуры и спорта: Учеб. Пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 312 с.
5. Лепешкин В.А. Бадминтон для всех/ В.А. Лепешкин. – Ростов н/Д: Феникс, 2007. – 109 с. – (Все про sport).
6. Настольная книга учителя физической культуры/под ред. Проф. Л.Б. Кофмана; Авт.-сост. Г.И. Погадаев; предисл. В.В. Кузина, Н.Д. Никандрова. –М.: Физкультура и спорт,1998. – 496 с. Ил.
7. Физическая культура: 1-4 классы: учебник для учащихся общеобразовательных организаций/ Т.В. Петрова, Ю.А Копылов, Н.В. Полянская, С.С. Петров. – М.: Вентана –Граф, 2018. – 96с.: ил.: вкл.

Список литературы для обучающихся

1. Физическая культура: 1-2 классы: учебник для учащихся общеобразовательных организаций/ Т.В. Петрова, Ю.А Копылов, Н.В. Полянская, С.С. Петров. – М.: Вентана –Граф, 2018. – 77с.: ил.: вкл.
2. Физическая культура: 3-4 классы: учебник для учащихся общеобразовательных организаций/ Т.В. Петрова, Ю.А Копылов, Н.В. Полянская, С.С. Петров. – М.: Вентана –Граф, 2018. – 96с.: ил.: вкл.