

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Спортивные игры»

Направленность: физкультурно-спортивная

Возраст учащихся: 11 – 13 лет.

Срок реализации: 1 год (68 часов)

Составитель: Леднев А.М.,
учитель физической культуры

Пояснительная записка

Программа кружка «Спортивные игры» в 6-7 классах составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта, Программы Министерства образования РФ: Начальное общее образование, авторской программы В. И. Лях, А.А. Зданевич, «Физическая культура» издательство «Просвещение», Москва – 2010 г, утвержденной МО РФ в соответствии с требованиями Федерального компонента государственного стандарта начального образования.

Рабочая программа опирается на УМК:

1. В.И. Лях, А.А. Зданевич «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» (М.: Просвещение, 2010 г)

2. В.И. Лях «Физическая культура. 5-9 класс»: учеб. для общеобразовательных учреждений. (М.: Просвещение 2009г)

3. В.И. Лях «Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников 5-7 класс: Пособие для учителей (М.: Просвещение).

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно - спортивного направления «Спортивные игры» предназначена для обучающихся 6-7 классов. Продолжительность занятий составляет 45 минут, проводятся два раза в неделю.

Целью кружка 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 освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

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 исключаящего 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 2.Планирование 3.Оценка 4.Способность к волевому усилию	1.Формулирование цели 2.Выделение необходимой 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	1.Строить продуктивное взаимодействие 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;
- социометрические исследования;
- 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 закаляющее 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:

«Русская лапта»

Правила игры. Техника передвижения. Ловля и передача мяча. Техника удара битой. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика игры.

Пионербол.

Правила игры, перемещения. Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки. Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Подача мяча. Прием высоко летящего мяча. Взаимодействие игроков передней линии при приеме мяча. Учебные игры и соревнования.

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.

Футбол.

Правила игры.

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности (6-7 классов).

Тематическое планирование	Характеристика видов деятельности учащихся
Знания о физической культуре (в процессе уроков)	
<p>История физической культуры. Мифы и легенды о зарождении Олимпийских игр древности Физическая культура (основные понятия).</p> <p>Физическое развитие человека. Характеристика его основных показателей Осанка как показатель физического развития человека.</p> <p>Правила соревнований, Правила игры: Русская лапта, пионербол, баскетбол, футбол</p>	<p>Характеризовать Олимпийские игры как яркое культурное событие древнего мира. Рассказывать о видах спорта, входящих в программу соревнований Олимпийских игр древности</p> <p>Характеризовать понятие «физическое развитие», приводить примеры изменения его показателей, сравнивать показатели физического развития родителей со своими показателями. Изучают правила спортивных игр ,применяют их на практике.</p>

Физическое совершенствование (68 ч)	
Русская лапта 14 ч.	
<p>Инструктаж по ТБ. Правила игры, перемещения. Техника передвижения. Ловля и передача мяча. Техника удара битой. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.</p>	<p>Изучают историю игры «Русская лапта». Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.</p>
Пионербол 14 ч.	
<p>Инструктаж по Т.Б. Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки. Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая. Взаимодействие игроков передней линии при приеме Учебные игры и соревнования.</p>	<p>Изучают историю волейбола и запоминают имена выдающихся отечественных волейболистов — олимпийских чемпионов. Овладевают основными приёмами игры в пионербол. 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</p>
Баскетбол 20 ч.	
<p>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</p>	<p>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</p>
Футбол 20ч.	
<p>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</p>	<p>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</p>

вратаря.	
----------	--

Календарно-тематическое планирование

№	Название темы	Форма организации	Кол-во часов	Дата
	Русская лапта		14	
1	ТБ на занятиях. Правила игры.	Теор., Такт.	1	
2	Правила игры. Перемещения.	Теор., Такт.	1	
3	Ловля и передача мяча. Игровые моменты.	Теор., Такт.	1	
4	Ловля и передача мяча. Игровые моменты.	Теор., Такт.	1	
5	Техника удара битой. Эстафета.	Теор., Такт.	1	
6	Техника удара битой. Игра «Ручной мяч»	Теор., Такт.	1	
7	Тактика игры, техника удара битой.	Теор., Такт.	1	
8	Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	Теор., Такт.	1	
9	Учебная игра.	Теор., Такт.	1	
10	Учебная игра.	Теор., Такт.	1	
11	Групповые действия. Индивидуальные действия.	Теор., Такт.	1	
12	Учебная игра.	Теор., Такт.	1	
13	Учебная игра.	Теор., Такт.	1	
14	Учебная игра.	Такт., контроль	1	
	Пионербол		14	
15	ТБ. Техника нападения. Действия без мяча.	Теор., Такт.	1	
16	Перемещения и стойки.	Теор., Такт.	1	
17	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность.	Теор., Такт. ОФП	1	
18	Передача на точность. Верхняя передача мяча в парах.	Теор., Такт.	1	
19	Подача мяча через сетку.	Теор., Такт.СФП	1	
20	Подача мяча через сетку.	Теор., Такт.	1	
21	Прием мяча двумя руками.	Теор., Такт.	1	
22	Прием мяча двумя руками. Прием высоко летящего мяча.	Теор., Такт.	1	
23	Групповые действия игроков.	Теор., Такт.	1	
24	Взаимодействие игроков передней линии при приеме от подачи.	Теор., Такт. ОФП	1	
25	Командные действия. Прием подач.	Теор., Такт.	1	
26	Расположение игроков при приеме. Техника и тактика игры в пионербол.	Теор., Такт.	1	
27	Учебные игры и соревнования.	соревнования	1	
28	Учебные игры и соревнования.	соревнования	1	
	Баскетбол.		20	
29	Основы техники и тактики. Техника передвижения. ТБ на занятиях.	Теор., Такт.	1	
30	Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.	Теор., Такт.	1	
31	Техника нападения.	Теор., Такт.	1	

		ОФП		
32	Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока.	Теор., Такт.	1	
33	Ловля мяча одной рукой на уровне груди.	Теор., Такт.	1	
34	Броски мяча двумя руками с места.	Теор., Такт.	1	
35	Штрафной бросок	Теор., Такт.	1	
36	Бросок с трех очковой линии.	Теор., Такт.	1	
37	Ведение мяча с изменением высоты отскока.	Теор., Такт. ОФП	1	
38	Ведение мяча с изменением скорости.	Теор., Такт.	1	
39	Обманные движения.	Теор., Такт.	1	
40	Обводка соперника с изменением высоты отскока.	Теор., Такт.	1	
41	Взаимодействие игроков с заслонами.	Теор., Такт.	1	
42	Групповые действия. Учебная игра	Такт.	1	
43	Эстафеты Спортивные соревнования.	Теор., Такт.	1	
44	Броски в кольцо.	Теор., Такт.	1	
45	Игра в защите. Защита зоны.	Теор., Такт.	1	
46	Игра в защите. Личная защита.	Теор., Такт.	1	
47	Игра в нападении. Учебная игра.	Теор., Такт.	1	
48	Учебная игра.	Контроль	1	
	Футбол		20	
49	ТБ на занятиях по футболу. Правила игры.	Теор., Такт.	1	
50	Остановка катящегося мяча. Эстафета.	Теор., Такт.	1	
51	Остановка катящегося мяча. Игра по упрощенным правилам.	Теор., Такт.	1	
52	Ведение мяча. В различных направлениях.	Теор., Такт.	1	
53	Ведение мяча. В различных направлениях.	Теор., Такт.	1	
54	Удар по мячу носком и головой.	Теор., Такт.	1	
55	Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	Теор., Такт.	1	
56	Судейство. Жесты судьи. Учебная игра в футбол.	Теор., Такт.	1	
57	Судейство. Жесты судьи. Учебная игра в футбол.	Теор., Такт.	1	
58	Игра вратаря. Мини-футбол.	Теор., Такт.	1	
59	Удар по мячу внешней частью подъема.	Теор., Такт.	1	
60	Удар по воротам.	Теор., Такт.	1	
61	Удар по воротам. Учебная игра.	Теор., Такт.	1	
62	Игра в футбол по упрощенным правилам.	Теор., Такт.	1	
63	Игра в защите. Защита зоны.	Теор., Такт.	1	
64	Игра в нападении. Учебная игра.	Теор., Такт.	1	
65	Подвижная игра по выбору детей.	Теор., Такт.	1	
66	Учебная игра в футбол. Отрабатывать технику ведения мяча.	Теор., Такт.	1	
67	Техника передачи мяча. Прием мяча головой.	Теор., Такт.	1	
68.	Учебная игра в футбол.	контроль	1	