

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ОКТЯБРЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

Принята Научно-методическим советом
Протокол от «24» апреля 2025г. № 3

Утверждаю
Директор школы _____ Е.Л.Букреева
Приказ от «13» _____ мая _____ 2025г. №94

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Спортивные игры»
физкультурно-спортивной направленности**

Возраст учащихся: 7–12 лет
Срок реализации: 1 месяц

Составитель:
Олин Олег Сергеевич,
педагог дополнительного образования

с. Октябрьский 2025

Пояснительная записка

Физическое воспитание является неотъемлемой частью учебно-педагогического процесса, рационально содействуя воспитанию здоровых, физически развитых, социально активных личностей.

Большой популярностью среди учащихся пользуются спортивные игры. Спортивные игры – это командные игры, в которых ребята стремятся взаимодействовать друг с другом и достичь выигрыша. Во время игр создаются благоприятные возможности для проявления смекалки, ловкости, силы, быстроты, выносливости, волевых качеств, взаимопомощи и других качеств, свойств личности. Занимаясь спортивными играми, учащиеся приобретают необходимые навыки и умения. Овладевают техникой и тактикой нападения, а также защиты.

Новизна и актуальность. Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой «Спортивные игры» физкультурно-спортивной направленности предусмотрено проведение практических и теоретических занятий, участие в соревнованиях и проведение контрольных игр, осуществление восстановительно-профилактических мероприятий, просмотр учебных кинофильмов.

Программа углубляет, расширяет знания и укрепляет навыки учащихся по предметам «физическая культура», «биология», «окружающий мир».

Отличительные особенности данной программы. Заниматься спортивными играми может любой учащийся школы без предварительной подготовки. Спортивные игры создают наиболее благоприятные условия для развития физических качеств.

Адресат программы: подростки в возрасте от 7 до 12 лет

Планируемое количество учащихся: 20-22 человека

Сроки освоения программы: 1 месяц

Режим занятий: занятия проводятся 2 раза в неделю

Часовой объем программы: 12 часов

Формы организации образовательного процесса: групповые занятия, тренировочный процесс, соревнования, сдача контрольных нормативов

Формы контроля:

- соревнования между отрядами

Цель: формирование двигательной сферы, овладение техникой и тактикой игр: «Снайпер», «Пионербол», «Тэг-регби».

Задачи:

- познакомить с современной классификацией технических приемов и тактических действий;
- развивать у учащихся основные двигательные качества: силу, ловкость, быстроту движений, скоростно-силовые качества, выносливость;
- укрепить здоровье, содействовать гармоническому физическому развитию.

Учебный план

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Теория	Практика	Формы контроля
1	Техника безопасности на занятиях	1	1		
2	Общая и специальная физическая подготовка. Развития выносливости.	1		1	
3	Правила в игре снайпер. Двухсторонняя игра.	1		1	Соревнования между отрядами
4	Общая и специальная физическая подготовка. Развитие ловкости при ловле мяча в снайпер.	1		1	
5	Правила игры в Тег-регби. Броски и передачи. Развитие выносливости.	1		1	
6	Передвижения: остановки (шагом, прыжком), повороты, прыжки, повороты в движении при игре Тег-регби	1		1	
7	Общая и специальная физическая подготовка. Развитие скоростных, силовых и скоростно-силовых способностей.	1		1	
8	Двухсторонняя игра в Тэг-регби.	1		1	Соревнования между отрядами
9	Общая и специальная физическая подготовка. Правила игры в Пионербол.	1		1	
10	Прием и передача мяча в игре Пионербол.	1		1	
11	Переходы и перемещения во время игры Пионербол.	1		1	
12	Двухсторонняя игра в Пионербол.	1		1	Соревнования между отрядами
	Итого	12	1	11 из них 3 контроль	

Содержание программы

Техника безопасности на занятиях.

Теория. Ознакомить детей с правилами безопасности во время спортивных игр.

Общая и специальная физическая подготовка. Развитие выносливости.

Практика. На занятии осуществляется физическая подготовка учащихся, направленная на развитие основных двигательных качеств и координационных способностей учащихся.

Правила в игре снайпер. Двухсторонняя игра.

Практика. На занятии осуществляется физическая подготовка учащихся, направленная на развитие основных двигательных качеств и координационных способностей учащихся. Соревнования среди отрядов.

Общая и специальная физическая подготовка. Развитие ловкости при ловле мяча в снайпер.

Практика. На занятии осуществляется физическая подготовка учащихся, направленная на развитие основных двигательных качеств и координационных способностей учащихся.

Правила игры в Тег-регби. Броски и передачи. Развитие выносливости.

Практика. На занятии осуществляется физическая подготовка учащихся, направленная на развитие основных двигательных качеств и координационных способностей учащихся.

Передвижения: остановки (шагом, прыжком), повороты, прыжки, повороты в движении при игре Тег-регби

Практика. На занятии осуществляется физическая подготовка учащихся, направленная на развитие основных двигательных качеств и координационных способностей учащихся.

Общая и специальная физическая подготовка. Развитие скоростных, силовых и скоростно-силовых способностей.

Практика. На занятии осуществляется физическая подготовка учащихся, направленная на развитие основных двигательных качеств и координационных способностей учащихся.

Двухсторонняя игра в Тэг-регби.

Практика. На занятии осуществляется физическая подготовка учащихся, направленная на развитие основных двигательных качеств и координационных способностей учащихся. Соревнования среди отрядов.

Общая и специальная физическая подготовка. Правила игры в Пионербол.

Практика. На занятии осуществляется физическая подготовка учащихся, направленная на развитие основных двигательных качеств и координационных способностей учащихся.

Прием и передача мяча в игре Пионербол.

Практика. На занятии осуществляется физическая подготовка учащихся, направленная на развитие основных двигательных качеств и координационных способностей учащихся.

Переходы и перемещения во время игры Пионербол.

Практика. На занятии осуществляется физическая подготовка учащихся, направленная на развитие основных двигательных качеств и координационных способностей учащихся.

Двухсторонняя игра в Пионербол.

Практика. На занятии осуществляется физическая подготовка учащихся, направленная на развитие основных двигательных качеств и координационных способностей учащихся. Соревнования среди отрядов.

Материал программы разбит на разделы: основы знаний, технико-тактические приемы, комбинированные упражнения, учебно-тренировочные игры, общая и специальная физическая подготовка. В течение недели во время тренировок происходит чередование разделов с целью комплексного подхода к подготовке учащихся для игр в Пионербол, Снайпер и Тег-регби. На каждом занятии осуществляется физическая подготовка учащихся, направленная на развитие основных двигательных качеств и координационных способностей учащихся.

Подготовительные упражнения развивают качества, необходимые для овладения техникой и тактикой игры: силу кистей рук, силу и быстроту сокращения мышц, участвующих в выполнении технических приёмов, прыгучесть, быстроту реакции и ориентировки, умение пользоваться боковым зрением, быстроту перемещения в ответственных действиях на сигналы, специальную выносливость (прыжковую, скоростную, к скоростно – силовым усилиям), прыжковую ловкость и специальную гибкость. Среди средств физической подготовки значительное место занимают упражнения с предметами: набивными, баскетбольными, волейбольными, теннисными, мячами, со скакалкой, резиновыми амортизаторами, гантелями, с различными специальными приспособлениями, тренажерами.

Формирование тактических умений начинается с развития у учащихся быстроты реакции и ориентировки, сообразительности, а также умений, специфических для игровой деятельности. Сюда относится умение принять правильное решение и быстро выполнить его в различных играх, умение взаимодействовать с другими, чтобы добиться победы над противником; умение наблюдать и быстро выполнять ответственные действия и т.д. По мере изучения технических приёмов учащиеся изучают тактические действия, связанные с этими приёмами.

Планируемые результаты

К концу освоения программы у учащихся должны быть сформированы следующие результаты:

Личностные результаты:

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;
- укрепление здоровья учащихся, повышение функционального состояния всех систем организма;

Метапредметные результаты:

- адекватно воспринимать предложения и оценку тренера, товарищей, родителей и других людей;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.

Предметные результаты:

- формирование знаний о пионерболе, снайпере и тэг-регби, роли в укреплении здоровья;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Условия реализации программы

Дидактические материалы:

- Картотека упражнений по спортивным играм;
- Схемы и плакаты освоения технических приемов;
- Правила игры в пионербол, снайпер и тэг-регби;
- Правила судейства в пионербол, снайпер и тэг-регби;
- Регламент проведения соревнований по пионерболу, снайперу и тэг-регби, а также турниров различных уровней.

Методические рекомендации:

- Рекомендации по организации безопасного ведения двусторонней игры;
- Рекомендации по организации подвижных игр с мячом;
- Рекомендации по организации работы с картотекой упражнений по тэг-регби;
- Инструкции по охране труда.

Материально-техническое обеспечение:

Основной учебной базой для проведения занятий является спортивный зал с волейбольной разметкой площадки, а также наличие волейбольных и регбийных мячей для каждого ученика, набивных мячей, стоек для обводки, гимнастических матов, гимнастических скакалок, гантелей, футбольных, баскетбольных мячей.

Журналы и справочники, а также фото и видеоаппаратура, электронные носители (кассеты, диски).

Календарный учебный график
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Спортивные игры»

Месяц	Месяц обучения, форма занятия			
	№ недели	1 год обучения		
		Т	П	К
Июнь	1	ТТ	П	
	2		ПП	К
	3		ПП	К
	4		ПП	К
Итого		2	10, в том числе контроль - 3	

Методическое обеспечение программы

№	Тема программы	Форма организации и проведения занятия	Методы и приёмы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Вид и форма контроля, форма предъявления результата
1	Введение. Техника безопасности. Общие основы спортивных игр. Правила игры и методика судейства.	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, фронтальная	Словесный, объяснение, рассказ, беседа практические задания, объяснение нового материала. Конспекты занятий для педагога.	Специальная литература, справочные материалы, картинки, плакаты. Правила судейства.	Соревнования между отрядами
2	Общая и специальная физическая подготовка	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, фронтальная, коллективно-групповая, в парах	Словесный, объяснение нового материала, рассказ, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом.	Литература, схемы, таблицы, справочные материалы, карточки, плакаты, мячи на каждого учащегося	Соревнования между отрядами
3	Техническая подготовка Технико-тактические приемы	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-групповая, в парах	Словесный, объяснение, беседа, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом. Учебная игра.	Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего Терминология, жестикуляция.	Соревнования между отрядами
4	Игровая подготовка Учебно-тренировочные игры	групповая, подгрупповая, коллективно-групповая	Практические занятия, упражнения в парах, тренировки, Учебная игра.	Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого учащегося, видеозаписи	Соревнования между отрядами

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Форма и название мероприятия	Сроки проведения
Направление 1. Формирование и развитие творческих способностей учащихся, выявление и поддержка талантливых учащихся		
1	Первенство лагеря по пионерболу	Июнь
2	Первенство лагеря по тег-регби	Июнь
3	Первенство лагеря по снайперу	Июнь
Направление 2. Духовно-нравственное, гражданско-патриотическое воспитание, формирование общей культуры учащихся, профилактика экстремизма и радикализма		
1	Товарищеские игры между отрядами	Июнь
Направление 3. Социализация, самоопределение и профессиональная ориентация учащихся		
1	Приглашение для общения выдающихся спортсменов	Июнь
Направление 4. Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни и комплексной профилактической работы		
1	Проведение инструктажей по ОТ на занятиях	Июнь

Контрольно-измерительные (оценочные) материалы

Соревнования между отрядами. Соревнования по подвижным играм, проводимые среди учащихся, должны, прежде всего, содействовать укреплению их здоровья и закаливанию организма, воспитанию привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и повышению физической подготовленности. В доступной форме ребята знакомятся с основами техники различных видов спорта.

При проведении соревнований с небольшим количеством команд встречи лучше организовать по так называемой круговой системе, при которой все команды играют друг с другом. В том случае, если число команд четное (например, четыре), в каждый игровой день встречаются следующие команды:

1-3; 1-2; 2- 3; 4-2; 3-4; 1-4.

При нечетном количестве команд (например, при трех) в каждом туре одна из команд выходная (в таблице под цифрой 0):

1 – 2; 0-3; 3 -1; 2-0; 2-3; 0-1.

Список литературы

Для педагога:

1. Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 5–9 классы: проект. (Стандарты второго поколения). – 3-е изд. – М.: Просвещение, 2014. 61с.
2. Справочник учителя физической культуры/П.А. Киселёв, С.Б. Киселёва. – Волгоград: Учитель, 2011.
3. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Академия, 2001.
4. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, 2010г. Раздел 3. X-XI классы. Часть1. п.1.4.2. Спортивные игры. Программный материал по спортивным играм (X-XI классы). Часть1. Внеклассная работа. Спортивные секции. (Авторы программы: доктор педагогических наук В.И.Лях и кандидат педагогических наук А.А. Зданевич).
5. Игра «Снайпер» / Составитель С.Г.Ткачева – «Артек», 1991. – 23с.

Для учащихся:

Интернет ресурсы:

<https://www.youtube.com/watch?v=en7s-Wv0BHs> Мастер-класс как принимать мяч
<http://knigi.suuk.su/sport.htm>