

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Гадалейская средняя общеобразовательная школа»

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА**

физкультурно-спортивной направленности

«Спортивные игры»

Автор программы: Наксалаева М.А.
Учитель физкультуры и ОБЖ
МОУ «Гадалейская СОШ»

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ:

1. Пояснительная записка
2. Учебный план
3. Календарный учебный график
4. Календарно-тематическое планирование
5. Оценочные материалы
6. Литература

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Спортивные игры» соответствует современным достижениям в сфере техники и спорта, запросам родителей и детей МОУ «Гадалейская СОШ».

Дополнительное образование детей направлено на формирование и развитие творческих способностей детей и взрослых, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, организацию их свободного времени. (273-ФЗ, ст.75, п.1)

Отличительной особенностью программы является то, что программа разработана на основе комплексной программы по физической культуре в школе. Темы и разделы выбраны с учетом имеющейся материальной базы и местных климатических условий. Программа «Спортивные игры» рассчитана на учащихся 1-4 классов. Она предусматривает проведение теоретических занятий по каждому разделу, изучение и дальнейшее совершенствование специальных движений на практических занятиях, выполнение учащимися контрольных нормативов, участие во внутри школьных соревнованиях.

Учебное время по видам подготовки распределено таким образом, чтобы текущие темы совпадали с годовым планированием уроков физкультуры, что дополнительно стимулирует учащихся к занятиям и повышению уровня подготовки по тому или иному виду спорта.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

Программа «Спортивные игры» по спортивно-оздоровительному направлению носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление цели: сформировать у младших школьников мотивацию сохранения и приумножения здоровья средством подвижной (спортивной) игры.

Цель конкретизирована следующими **задачами**:

- изучение подвижных (спортивных) игр родного края, страны;
- развитие интереса учащихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- воспитание здорового образа жизни.

Программа рассчитана на 34 часа в год с проведением занятий 1 раз в неделю, продолжительность занятия 1 час. Программа разработана учителем физкультуры Наксалаевой М.А.

Формы организации образовательного процесса: При проведении занятий используются различные формы обучения. В зависимости от числа обучающихся: групповая и индивидуальная. Групповая форма обучения преобладает, так как, в разновозрастном коллективе соревновательные способности важны.

- Игра
- Упражнение
- Коллективная творческая деятельность
- Соревнования

Планируемые результаты: по результатам освоения программы, учащиеся приобретут знания, умения и навыки:

- умение самостоятельно работать над спортивными элементами, упражнениями;
- знание основ физической культуры;
- владение техникой разных игр;
- развитая творческая активность, художественная культура;
- знание спортивных достижений;
- обладать терпением, аккуратностью, проявлять фантазию;
- проявлять интерес к соревнованиям;

Компетенции приобретенные учащимися по результатам освоения программы:

У учащихся развивается воображение, произвольное внимание, зрительная память, глазомер, чувство формы, ритма, гармонии, восприятия пространственных представлений площадки. Воспитывается любовь к прекрасному, к точности, аккуратности. Формируется терпение, усидчивость, стремление довести до конца начатое дело. Стремление к победе. Занятия в объединении «Спортивные игры» в значительной степени способствуют развитию индивидуальных способностей учащихся, вызывают у них стремление овладевать знаниями и умениями сверх обязательных программ.

2. Учебный план

Месяц	Раздел	Тема занятия	Кол-во часов
1 четверть			
Сентябрь - октябрь	Русская лапта		3
Октябрь - ноябрь	Баскетбол	Передачи мяча на месте и в движении; ведение мяча на месте, в движении; ведение с изменением направления и высоты отскока; броски мяча в кольцо. Мини игра в баскетбол.	4
2 четверть			
Ноябрь	Баскетбол	Передачи мяча на месте и в движении; ведение мяча на месте, в движении; ведение с изменением направления и высоты отскока; броски мяча в кольцо. Мини игра в баскетбол.	3
Декабрь	Волейбол	Передача мяча сверху двумя руками; подача нижняя прямая. Пионербол	5
3 четверть			
Январь	Лыжная подготовка	Прохождение дистанции до 3км.	3
Февраль	Лыжная подготовка	Преодоление подъема, спуска.	4
Март	Лыжная подготовка	Игры на лыжах.	4
4 четверть			
Апрель	Волейбол	Передача мяча сверху двумя руками; подача нижняя прямая. Пионербол.	2
	Баскетбол	Передачи мяча на месте и в движении; ведение мяча на месте, в движении;	2

		ведение с изменением направления и высоты отскока; броски мяча в кольцо. Мини игра в баскетбол.	
Май	Русская лапта		4
В процессе занятий	Подвижные игры	Развитие быстроты, ловкости, координации, внимания, реакции, выносливости.	
			34

3. Календарный учебный график

Наименование разделов	месяцы									Формы промежуточной аттестации
	сен	окт	но яб	дек	ян в	ф е в р	март	апр	май	
Русская лапта	2									
Баскетбол		3	3							
Волейбол			2	3						
Лыжная подготовка				2	2	3	3			
Волейбол								1		
Баскетбол								2	2	
Русская лапта									2	
Подвижные игры	1	1						1	1	Соревнования по русской лапте
Всего	3	4	5	5	2	3	3	4	5	34

4. Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Раздел	Тема	дата
1 четверть			
1	Русская лапта	Правила игры «Русская лапта». Развитие скоростных качеств. Упражнения с теннисными мячами. Обучение ударам битой сверху. Игра.	
2	Русская лапта	Развитие быстроты. Перебрасывания мяча в парах. Обучение ударам битой сверху. Игра.	
3	Русская лапта	Ускорения из различных положений. Обучение ударам битой сверху. Игра.	
4	Русская лапта	Развитие ловкости. Передача мяча в парах. Обучение	

		ударам битой сверху. Игра.	
5	Русская лапта	Эстафеты с бегом. Подбрасывание и ловля мяча. Обучение ударам битой сверху. Игра.	
6	Русская лапта	Подвижные игры «Догоняй, убегай». Подбрасывание и ловля мяча. Обучение ударам битой сверху. Игра.	
7	Русская лапта	Подвижные игры «Кто дальше;», «Кто быстрее». Передача мяча в парах. Обучение ударам битой сверху. Игра.	
8	Баскетбол	Правила игры. Подвижные игры «Салки», «Удочка». Передачи мяча на месте и в движении. Ведение мяча шагом и бегом. Броски мяча в кольцо.	
9	Баскетбол	Подвижные игры «Пятнашки». Прыжки на скакалке. Передачи мяча в кругу. Ведение мяча правой, левой рукой. Броски мяча в кольцо.	
2 четверть			
10	Баскетбол	Эстафеты с бегом, прыжками. Передачи мяча во встречных колоннах, ведение мяча с изменением направления.	
11	Баскетбол	Подвижные игры «Третий лишний», многоскоки, «Передал - садись». Ведение мяча с изменением высоты отскока. Броски мяча в кольцо.	
12	Баскетбол	Эстафеты с элементами баскетбола. Игра мини - баскетбол без ведения.	
13	Волейбол	Развитие скоростных качеств. Разучивание передачи мяча сверху двумя руками. Пионербол.	
14	Волейбол	Правила игры. Развитие скоростно-силовых качеств. Передача мяча сверху двумя руками. Пионербол.	
15	Волейбол	Эстафеты с мячами. Передача мяча сверху двумя руками. Пионербол.	
16	Волейбол	Подвижные игры «Перестрелка», «Пустое место». Передача мяча сверху двумя руками. Пионербол.	
17	Волейбол	Развитие быстроты, ловкости. Передача мяча сверху двумя руками.	
3 четверть			
18	Лыжная подготовка	Прохождение дистанции 2 км.	
19	Лыжная подготовка	Преодоление подъема, спуска. Прохождение 2 км.	
20	Лыжная подготовка	Преодоление подъема, спуска. Прохождение 2 км.	
21	Лыжная подготовка	Прохождение дистанции до 3 км.	
22	Лыжная подготовка	Преодоление подъема, спуска. Игры на лыжах.	
23	Лыжная подготовка	Преодоление подъема, спуска. Игры на лыжах.	
24	Лыжная подготовка	Преодоление дистанции 2 км с отдельным стартом.	
25	Лыжная подготовка	Прохождение дистанции 2 км.	
26	Лыжная	Преодоление подъема, спуска. Игры на лыжах.	

	подготовка		
27	Лыжная подготовка	Прохождение дистанции до 3 км.	
28	Лыжная подготовка	Преодоление подъема, спуска. Игры на лыжах.	
4 четверть			
29	Волейбол	Подвижные игры «Охотники и утки», «Прыжки по полоскам». Передача мяча сверху двумя руками. Пионербол.	
30	Волейбол	Эстафеты с бегом и прыжками. Передача мяча сверху двумя руками. Пионербол.	
31	Баскетбол	Подвижные игры «Волк во рву», «Мяч в корзину». Передачи мяча в движении. Ведение правой, левой рукой. Игра в мини – баскетбол без ведения.	
32	Баскетбол	Эстафеты с элементами баскетбола. «Мяч в корзину». Игра в мини – баскетбол без ведения.	
33	Русская лапта	Салки в парах. Упражнения с теннисными мячами. Удар битой сверху. Игра.	
34	Русская лапта	Салки в парах. Упражнения с теннисными мячами. Удар битой сверху. Игра.	

5. Оценочные материалы

Технический прием	Контрольные упражнения	Возраст лет	Оценка							
			мальчики				девочки			
			высокий	Выше среднего	средний	низкий	высокий	Выше среднего	средний	низкий
I. Передача мяча	1. Поточная передача мяча двумя руками сверху в стенку с расстояния 3 м (кол-во раз)	8	4	3	2	1	4	3	2	1
		9	7	5	3	1	6	4	3	1
		10	9	6	4	2	7	5	3	2
		11	12	9	5	3	9	7	4	3
	2. Передача мяча двумя руками сверху с собственного набрасывания из зоны 6 в кольцо диаметром 1 м, установленное в зоне 3 (10 попыток)	10	3	2	1	0	3	2	1	0
		11	5	4	2	1	4	3	2	1
	3. Передача мяча двумя руками сверху из зоны 4 через сетку в квадрат 3х3 м, расположенный в зоне 6; мяч предварительно передан из зоны 3 (10 попыток)	10	4	3	2	1	4	3	2	1
		11	6	5	3	2	5	4	3	2

	4. Передача мяча двумя руками сверху из зоны 3 в кольцо, установленное в зоне 4, с предварительной передачи мяча из зоны 5 (10 попыток)	10 11	4 6	3 5	2 3	1 2	3 5	2 4	1 2	0 1
	5. Передача мяча двумя руками сверху в прыжке из зоны 4, через сетку в квадрат 3х3 м, расположенный у лицевой линии в зоне 6, с предварительной передачи мяча из зоны 3 (10 попыток)	10 11	5 6	4 5	3 3	2 2	4 5	3 4	2 3	1 2
II. Подача мяча	1. Нижняя прямая подача в пределы площадки (10 попыток)	10 11	7 8	4 6	3 4	1 2	6 7	4 5	3 3	1 2
	2. Нижняя прямая подача на точность (по 5 попыток в левую и правую половину площадки)	10 11	4 6	3 4	2 3	1 2	4 5	3 4	1 2	0 1
	3. Верхняя прямая подача в пределы площадки (10 попыток)	10 11	8 9	5 7	3 5	2 3	6 7	4 5	3 4	2 2
	4. Верхняя прямая подача на точность (по 5 попыток в левую и правую половину площадки)	10 11	5 6	4 5	2 3	1 2	4 5	3 4	2 2	1 1

Результативность 1класс

- обучающиеся должны научиться правильно, ловить мяч, делать передачи партнеру, выполнять ведение мяча шагом, знать технику безопасности работы с мячом как в парах , так и при самостоятельной работе с мячом.
- обучающиеся должны уметь делать передачи мяча в движении в парах, выполнять ведения мяча в беге ,змейкой, вести левой ,правой рукой на месте без зрительного контроля.
- обучения обучающиеся должны научиться защищать свой мяч от партнера , вести мяч без зрительного контроле в движении, выполнять броски в кольцо, играть по упрощенным правилам 2х2 и знать их.

Результативность 2 класс

- обучающиеся должны научиться ловить мяч, делать передачи партнеру в движении, выполнять ведение мяча бегом, соблюдать технику безопасности работы с мячом .

- обучающиеся должны уметь делать передачи мяча в движении в парах, выполнять ведение мяча в беге ,змейкой, вести мяч без зрительного контроля в движении.
- обучения обучающиеся должны научиться защищать свой мяч от партнера , вести мяч без зрительного контроле в движении, выполнять броски в кольцо, играть по упрощенным правилам 3x3 и знать их.

Результативность 3 класс

- обучающиеся должны знать;

Историю и основные этапы развития спортивных игр ; содержание раздела

«Спортивные игры» в школьной программе физического воспитания.

- обучающиеся должны уметь применять

Сочетание приемов техники, подвижные игры с элементами баскетбола. Выполнять основные технические и тактические приемы игры: ловлю и передачу мяча двумя руками и одной рукой, ведение мяча правой и левой рукой, бросок мяча с места и в движении в кольцо.

- обучающиеся должны уметь вести двухстороннюю игру с соблюдением упрощенных правил; участвовать в соревнованиях по упрощенным правилам 3x3.

4класс.

- обучающиеся должны знать;

правила безопасности при игре в баскетбол, и при игре в уличный баскетбол, правила игры в стритбол, баскетбол.

- Наобучающиеся должны уметь применять

Сочетание приемов техники, подвижные игры с элементами баскетбола. Выполнять основные технические и тактические приемы игры: выполнять ведение передачи двумя мячами, ведение мяча без зрительного контроля , броски в кольцо после ведения с выполнением остановки шагом, прыжком.

- обучающиеся должны уметь вести двухстороннюю игру с соблюдением упрощенных правил; участвовать в соревнованиях по упрощенным правилам 5x5.

Для овладения приемами техники и тактики игры используются следующие методы: целостный, расчлененный, игровой и соревновательный.

Основным средством являются физические упражнения.

Основной формой - являются учебно-тренировочные занятия.

Для проведения занятий имеется следующее оборудование и инвентарь:

1.	Мячи баскетбольные	30 штук
2.	Баскетбольные щиты	6 штук

3.	Гимнастическая стенка	18 пролетов
4.	Гимнастические скамейки	12 штуки
5.	Гимнастические маты	25 штуки
6.	Скакалки	30 штук
7.	Мячи набивные (масса 1 кг)	25 штук
8.	Мячи для метания	50 штук
9.	Гантели различной тяжести	10 штук
10.	Обручи	30 штуки
11.	Фишки	15 штук
12.	Разный мелкий инвентарь	

7. Литература

1. Баскетбол. Программа для спортивных секций коллективов физической культуры и спортивных клубов.-М.:Физкультура и спорт, 1976.-48с.
2. Башкин С.Г. Уроки по баскетболу.-М.:Физкультура и спорт, 1966.-184с.
3. Белов С.А. секреты баскетбола.-М. 'Физкультура и спорт, 1982.-72с.
4. Бондарь А.И. Учись играть в баскетбол.-Минск:Пламя,1986.-127с.Буден Джон Р. Современный баскетбол.-М.:Физкультура и спорт, 1987.-254с.
5. Генкин З.А., Яхонтов Е.Р. Баскетбол: Справочник.-М.:Физкультура и спорт, 1983.-224с.
- 6.Гомельский А.Я. Тактика баскетбола: Учебное пособие.-М..'Физкультура и спорт, 1996.-175с.
- 7.Грасис А.М. Специальные упражнения баскетболиста.-М.:Физкультура и спорт, 1982.-224с.
8. Бымова Л.В., Короткой И.М. Подвижные игры: Учебное пособие для институтов физической культуры.-М.:Физкультура и спорт, 1982.-224с.
9. Давыдов М.А. Судейство в баскетболе.-М.:Физкультура и спорт, 1983.-128с.
- 10.Китин Л.С. Индивидуальные упражнения по баскетболу.-М.:Высшая школа, 1992.-108с.