

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РФ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ АДМИНИСТРАЦИИ МО ЩЕКИНСКИЙ РАЙОН

Принято на заседании
педагогического совета
Протокол № 1 от 28.08.2024

Утверждаю
директор Лицея №1 г.Щекино
_____/О.А.Пшеничникова
Приказ № 76 от 2.09.2024

**Рабочая программа кружка
«Спортивные игры»
(дополнительное образование)**

Руководитель: Коробанова Т.А.

Щекино
2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа дополнительного образования физкультурно-спортивного направления «Спортивные игры» подготовлена в соответствии с требованиями ФГОС СОО и ФГОС ООО, концепцией физического воспитания.

Программа «Спортивные игры» рассчитана на 34 часа (1 раз в неделю)

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты:

- воспитание российской гражданской идентичности; патриотизма, уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважения государственных символов (герба, флага, гимна);
- формирование гражданской позиции активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;
- готовность к служению Отечеству, его защите;
- сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
- сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;
- навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности.
- нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;
- готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
- эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;
- принятие и реализация ценности здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, формирование умения оказывать первую помощь;
- осознанный выбор будущей профессии и возможности реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как к возможности участия в решении личных, общественных, государственных и общенациональных проблем;

- сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды, опыта эколого-направленной деятельности;
- ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;
- умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;
- умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учётом гражданских и нравственных ценностей;
- владение языковыми средствами — умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные, языковые средства;
- владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

Предметные результаты:

- умение использовать разнообразные виды и формы физической деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов ВФСК ГТО;
- овладение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учёбой и производственной деятельностью;
- овладение основными способами контроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;
- владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;
- овладение техническими приёмами и двигательными действиями базовых видов спорта с помощью их активного применения в игровой и соревновательной деятельности;
- умение излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- способность оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- умение организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и соревнования, осуществлять их объективное судейство;
- умение бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности;

- умение организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- умение характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;
- развитие навыков взаимодействия со сверстниками по правилам подвижных игр и соревнований;
- умение в доступной форме объяснить правила (технику) двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- умение подавать строевые команды, вести счёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- умение выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком уровне, характеризовать признаки технического исполнения; технические действия в базовых видах спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»

Основы знаний:

- влияние занятий волейболом на готовность ученика трудиться;
- коррекционные упражнения.

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.

Русская лапта.

Основы техники игры. Техническая подготовка игроков в лапту: стойка игрока, техника ударов битой по мячу, перебежки. Выбор биты. Удары битой по мячу сверху. Ловля и передача мяча. Передача, удары битой сверху, метание в цель. Командные игры и соревнования. Комплексные упражнения, комбинации.

Волейбол.

Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки. Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Встречная передача. Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху. Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование. Групповые действия игроков. Взаимодействие игроков передней линии при приеме от подачи. Командные действия. Прием подач. Расположение игроков при приеме. Контрольные игры и соревнования.

Настольный теннис.

Основы техники и тактики игры. Правильная хватка ракетки, способы игры. Техника перемещений. Тренировка упражнений с мячом и ракеткой. Изучение подач. Тренировка ударов «накат» справа и слева. Сочетание ударов. Свободная игра. Игра на счет. Соревнования.

Баскетбол.

Основы техники и тактики. Техника нападения. Техника передвижения. Повороты в движении. Сочетание способов передвижений. Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока, одной рукой на уровне груди. Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трехочковой линии. Ведение мяча с изменением

высоты отскока и скорости ведения. Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока. Групповые действия. Взаимодействие игроков с заслонами.

РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ ПРЕДПОЛАГАЕТ СЛЕДУЮЩИЕ ФОРМЫ И ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

- Групповые учебно-тренировочные занятия.
- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.

Тематическое планирование

№ п\п	Наименование разделов	Количество часов	Электронные образовательные ресурсы
1	Основы знаний	2	https://nsportal.ru/ap/library/drugoe/2021/12/03/p-roekt-voleybol-i-ego-vliyanie-na-organizm https://infourok.ru/korrekcionnie-igri-uprazhneniya-1009151.html https://studbooks.net/673236/turizm/taktika_igry https://multiurok.ru/files/pravila-ighry-i-sudieistvo-sorievnovanii-po-futbol.html
2	Футбол	5	https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2020/02/18/voleybol-tehnika-igry https://infourok.ru/tehnika-igri-v-futbol-2411134.html https://multiurok.ru/files/obuchenie-igre-v-basketbol-tehnicheskie-priemy-pr.html
	Русская лапта	10	https://resh.edu.ru/subject/10-11/ https://www.fizkultura.ru/system/files/imce/books/ping-pong/TT_Samsonov.pdf
	Волейбол	7	https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2020/02/18/voleybol-tehnika-igry https://infourok.ru/tehnika-igri-v-futbol-2411134.html https://multiurok.ru/files/obuchenie-igre-v-basketbol-tehnicheskie-priemy-pr.html
	Настольный теннис.	4	https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2020/02/18/voleybol-tehnika-igry https://infourok.ru/tehnika-igri-v-futbol-2411134.html https://multiurok.ru/files/obuchenie-igre-v-basketbol-tehnicheskie-priemy-pr.html
	Баскетбол.	6	https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2020/02/18/voleybol-tehnika-igry https://infourok.ru/tehnika-igri-v-futbol-2411134.html https://multiurok.ru/files/obuchenie-igre-v-basketbol-tehnicheskie-priemy-pr.html

Поурочное планирование

№	Наименование темы	Кол-во часов
	Основы знаний	2
1	Влияние занятий волейболом на готовность ученика трудиться.	1
2	Коррекционные упражнения;	1
	Футбол	5
3	Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой	1
4	Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Практика судейства.	1
5	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.	1
6	Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	1
7	Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.	1
	Русская лапта	10
8	Предупреждение травматизма и оказание первой помощи при обучении детей игре «Русская лапта».	1
9	Основы техники игры. Техническая подготовка игроков в лапту: стойка игрока, техника ударов битой по мячу, перебежки, осаливание, самоосаливание и переосаливание.	1
10	Ловля мяча и передача в парах.	1
11	Выбор биты. Удары битой по мячу сверху.	1
12	Ловля и передача мяча, осаливание. Двусторонняя игра.	1
13	Передача, удары битой сверху, метание в цель.	1
14	Комплексные упражнения, комбинации.	1
15	Закрепление навыков игры и знакомство с основными правилами	1
16-17	Командные игры и соревнования.	2
	Волейбол	7
18	Влияние занятий волейболом на готовность ученика трудиться. Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки.	1
19	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Встречная передача.	1
20	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.	1
21	Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование.	1
22	Групповые действия игроков. Взаимодействие игроков передней линии при приеме от подачи	1
23	Командные действия. Прием подач. Расположение игроков при приеме.	1
24	Контрольные игры и соревнования.	1
	Настольный теннис.	4
25	Основы техники и тактики игры. Правильная хватка ракетки, способы игры. Техника перемещений.	1

26	Тренировка упражнений с мячом и ракеткой. Изучение подач.	1
27	Тренировка ударов «накат» справа и слева. Сочетание ударов.	1
28	Свободная игра. Игра на счет. Соревнования.	1
	Баскетбол.	6
29	Понятие о тактике игры. Основы техники и тактики. Техника нападения. Техника передвижения. Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.	1
30	Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока, одной рукой на уровне груди.	1
31	Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трехочковой линии.	1
32	Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости ведения.	1
33	Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока.	1
34	Групповые действия. Взаимодействие игроков с заслонами.	1
ИТОГО:		34