

ДЕПАРТАМЕНТ СМОЛЕНСКОЙ ОБЛАСТИ ПО ОБРАЗОВАНИЮ И  
НАУКЕ

Муниципальное бюджетное общеобразовательное  
учреждение «Рыжковская средняя школа»  
Кардымовского района Смоленской области

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора  
по УВР

Акимова Е.М.  
Протокол №1 от «29»  
августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Мухина С.С.  
Приказ № 25 от «31»  
августа 2023 г.

Дополнительная  
общеобразовательная общеразвивающая программа

**«Спортивные игры»**  
(физкультурно-спортивной направленности)

Возраст обучающихся: 12-17 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

*Учитель физической культуры Чирикова Е.В.*

Титково  
2023

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивные игры» физкультурно-спортивной направленности разработана в соответствии с:

- Примерными требованиями к образовательным программам дополнительного образования детей (письмо Минобрнауки от 11 декабря 2006г. №06-1844),
- Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242).
- Программа соответствует Порядку организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196).

**Вид программы:** типовая

**Тип программы:** образовательная общеразвивающая

**По формам организации образовательного процесса** – Программа рассчитана на **очное групповое обучение детей** обучающихся Рыжковской средней школы.

**Адресат программы:** в кружок «Спортивные игры» принимаются дети школьного возраста от 12 до 17 лет . Состав группы от 5 до 15 человек. Набор обучающихся в кружок свободный, независимо от национальной и половой принадлежности, социального статуса родителей (или законных представителей).

### **Сроки реализации программы**

Программа рассчитана на 1 год обучения. Общий объем обучения – 36 учебных часов.

### **Основные формы обучения и режим занятий**

Занятия проводятся 2 раза в неделю продолжительностью 120 минут.

Основной формой обучения является учебное занятие, обучение - очное . Место нахождения участников образовательных отношений свободное, единственным условием является обеспечение занимающихся спортивным инвентарем, спортивным оборудованием, учебным материалам по курсу. Время проведения – по расписанию.

Ведущая форма организации занятий является – групповая. Программа предусматривает использование комбинированных и практических занятий, игровых, соревновательных для более успешного усвоения данной программы.

Программа направлена на расширение знаний, умений и навыков по различным направлениям физкультурной ,оздоровительной, спортивной.

### **Уровень освоения программы – базовый.**

Программа кружка « Спортивные игры» имеет социально-педагогическую направленность - направлена на развитие познавательных процессов,

физкультурно-спортивную – направлена на всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья.

Обучение по данной программе способствует созданию благоприятных условий для формирования умений и навыков занятиями физической культурой и спортом, привитие потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями. Использование различных игровых и соревновательных элементов в занятиях делает процесс обучения более привлекательным и интересным, повышает мотивацию к занятиям спортом.

Программа способствует социализации детей, самостоятельности, повышает уровень знаний и понимание необходимости здорового образа жизни.

**Новизна** данной программы определяется формированием ценностно-смысловых установок на здоровый образ жизни.

Программа опирается на принципы систематичности, доступности, здоровьесбережения, творческой деятельности. Основная цель данного подхода состоит во всестороннем развитии личности через развитие физических, нравственных способностей, самопознания.

#### **Актуальность данной программы:**

- ✓ Обеспечить условия для удовлетворения потребностей обучающихся в активных формах двигательной деятельности;
- ✓ оказать поддержку семьям, в организации досуга детей;
- ✓ обеспечить физическое, психическое и нравственное оздоровление обучающихся, приобщить к занятиям физической культурой и спортом по средством спортивных игр.

Вовлечение детей в соревновательную деятельность дает возможность отвлечения подростков от нарушения порядка и безнадзорности.

#### **Главными ценностями программы являются:**

- право каждого обучающегося на получение образования независимо от его индивидуальных способностей и возможностей;
- право педагога на творчество и профессиональную деятельность;
- психологический комфорт всех субъектов педагогического взаимодействия;
- сотрудничество между взрослыми и детьми.

#### **Основные принципы построения программы:**

- принцип человечности – утверждение норм уважения к каждому ребёнку;
- принцип ценностно-смыслового равенства взрослого и ребёнка;
- принцип доступности;
- принцип целостности.

#### **Педагогическая целесообразность**

Способствует решению ряда общеобразовательных задач.

Игровые задания на развитие физических и познавательных способностей улучшают память, внимание, логическое мышление и способствует повышению мотивации. Игры по футболу, волейболу, настольному теннису и шахматам повышают уровень развития коммуникативных, творческих способностей, формирует чувство товарищества и коллективизма, взаимопомощи.

Программа дает возможность к сотрудничеству, повышает самостоятельность детей и организованность при решении игровых, соревновательных и творческих заданий.

Программа охватывает несколько направления спортивных игр, что дает возможность ребенку попробовать себя в каждом направлении и определиться в выборе дальнейшей спортивной деятельности.

**Цель программы:**

получение знаний, приобретение практических навыков в области спортивных игр, содействие гармоничному развитию личности, всесторонней физической подготовке и укреплению здоровья .

**Задачи:**

**Образовательные:**

- закладывать первоначальные основы знаний в различных спортивных направлениях;
- приобщать детей к деятельности в области физической культуры и спорта, воспитывая у них потребность к самостоятельным занятиям;
- познакомить с основными понятиями в различных спортивных областях (футбол, волейбол, настольный теннис, шахматы).

**Развивающие:**

- развивать физические, творческие способности;
- развивать положительное восприятие здорового образа жизни;
- способствовать развитию познавательных процессов (памяти, внимания, мышления), наблюдательности ;
- развивать такие личностные качества, как самостоятельность, дисциплинированность, трудолюбие, организованность;

**Воспитательные :**

- прививать культуру спорта;
- воспитывать чувство ответственности;
- воспитывать чувство собственного достоинства;
- содействовать отказу от вредных привычек;
- содействовать развитию положительной эмоционально-волевой сферы ребенка.

Межпредметные связи: в процессе обучения по программе обучающиеся применяют полученные знания, умения и навыки на уроке физической культуры и ОБЖ.

## **Ожидаемые результаты и способы определения их результативности**

Обучающиеся должны:

### **з н а т ь:**

- простейшие приемы, используемые для различных видов спортивных игр;
- технику безопасного поведения на занятиях;
- основы технической и тактической подготовки по видам спортивных игр;
- основные базовые элементы в разных видах деятельности;
- правила игры по футболу, волейболу, шахматам, настольному теннису;

### **у м е т ь:**

- соблюдать правила безопасного поведения, выполнять необходимую доврачебную помощь при переутомлении, ушибах, растяжениях, вывихах и др.;
- выполнять изученные двигательные действия; уметь вести игровую деятельность;
- осуществлять судейство игр;
- подбирать специальные упражнения для разминки по видам спортивных игр;
- добросовестно относиться к самоконтролю;
- оценивать свою деятельность;

Личностные результаты:

- сформирована коммуникативная культура;
- установка на здоровый образ жизни, на мотивацию к занятиям спортом, бережному отношению к своему здоровью;
- развита дисциплинированность, организованность, чувство товарищества

Метапредметные результаты:

сформировано:

- умение планировать свои действия с помощью педагога и сверстников;
- ответственное отношение к учению на основе мотивации к положительному формированию здорового образа жизни;
- активная жизненная позиция в условиях общения с подростками;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками.

**В результате реализации программы обучающиеся:**

- повысят уровень знаний, умений и навыков в различных спортивных видах (футбол, волейбол, настольный теннис, гандбол);
- приобретут знания, умения и навыки по оказанию первой помощи, безопасному поведению.
- научатся взаимодействию и принятию решений во время самостоятельных соревновательных действиях.

- повысят уровень развития познавательных процессов (памяти, внимания, мышления, воображения), наблюдательности и творческих способностей;

- **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:**
  - **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. Тактика вратаря.
  - **Волейбол**
  - Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки. Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Техника защиты. Блокирование. Взаимодействие игроков передней линии при приеме Контрольные игры и соревнования.
  - **Бадминтон**
  - Основы техники и тактики игры. Правильная хватка ракетки, способы игры Техника перемещений Тренировка упражнений с воланом и ракеткой. Подача открытой и закрытой стороной ракетки Далёкий удар с замаха сверху. Плоская подача. Короткие удары Общая физическая подготовка
  - **Гандбол**
  - Основные правила игры. Спортивная одежда и обувь. Техника игры в нападении. Техника игры в защите. Стойки и перемещения, остановки. Ловля и передача мяча двумя руками на месте. Ловля и передача мяча двумя руками в движении Ведение мяча и бросок Блокирование броска. Отбор и выбивание мяча. Игра вратаря. Учебная игра.
  - **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
- Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности.**

Тематическое планирование	Характеристика видов деятельности учащихся
<b>Знания о физической культуре (в процессе уроков)</b>	
<p><b>История физической культуры.</b> Мифы и легенды о зарождении Олимпийских игр древности Физическая культура (основные понятия).</p> <p><b>Физическое развитие человека.</b> Характеристика его основных показателей Осанка как показатель физического развития человека.</p> <p><b>Правила соревнований,</b> Правила игры в футбол, волейбол, бадминтон, гандбол. баскетбо</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.</p> <p>Изучают правила спортивных игр ,применяют их на практике.</p>
<b>Физическое совершенствование (68 ч)</b>	
<b>Футбол</b>	
<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 вратаря.</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>
<b>Волейбол</b>	
<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, Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками.</p>	<p>Изучают историю волейбола и запоминают имена выдающихся отечественных волейболистов — олимпийских чемпионов. Овладевают основными приёмами игры в волейбол Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий,</p>

<p>Техника защиты. Блокирование. Взаимодействие игроков передней линии при приеме Контрольные игры и соревнования.</p>	<p>осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности</p>
<b>Бадминтон</b>	
<p>Инструктаж по Т.Б. Основы техники и тактики игры. Правильная хватка ракетки, способы игры Техника перемещений Тренировка упражнений с воланом и ракеткой. Поддача открытой и закрытой стороной ракетки Далёкий удар с замаха сверху. Плоская поддача. Короткие удары Общая физическая подготовка</p>	<p>Изучают историю бадминтона и запоминают имена выдающихся отечественных спортсменов. Овладевают основными приёмами игры в бадминтон. 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>
<b>Гандбол.</b>	
<p>Инструктаж по Т.Б. Основные правила игры. Спортивная одежда и обувь. Техника игры в нападении Техника игры в защите. Стойки и перемещения, остановки. Ловля и передача мяча двумя руками на месте. Ловля и передача мяча двумя руками в движении. Ведение мяча и бросок Блокирование броска. Отбор и выбивание мяча. Игр вратаря. Учебная игра.</p>	<p>Изучают историю гандбола и запоминают имена выдающихся отечественных гандболистов. Овладевают основными приёмами игры в гандбол 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>
<b>Баскетбол.</b>	
<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</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,</p>

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

выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности

• **Календарно-тематическое планирование**

№	Название темы	Форма организации	Кол-во часов	Дата
<b>Футбол</b>			<b>14</b>	
1	Техника передвижения.	Теор., Такт.	1	
2	Удары по мячу головой, ногой	Теор., Такт.	1	
3	Остановка мяча. Ведение мяча.	Теор., Такт.	1	
4	Обманные движения.	Теор., Такт.	1	
5	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии..	Теор., Такт.	1	
6	Техника игры вратаря	Теор., Такт.	1	
7	Тактика игры в футбол. Тактика нападения.	Теор., Такт.	1	
8	Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	Теор., Такт.	1	
9	Тактика защиты.	Теор., Такт.	1	
10	Индивидуальные действия вратаря.	Теор., Такт.СФП	1	
11	Групповые действия.	Теор., Такт.	1	
12	Тактика игры вратаря	Теор., Такт.	1	
13	Учебная игра 5на5	Теор., Такт.	1	
14	Учебная игра 7на7	Такт., контроль	1	
<b>Волейбол</b>			<b>14</b>	
15	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. Встречная передача.	Теор., Такт.	1	
19	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая,	Теор., Такт.СФП	1	
20	подача сверху	Теор., Такт.	1	
21	Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками.	Теор., Такт.	1	
22	Техника защиты. Блокирование.	Теор., Такт.	1	
23	Групповые действия игроков.	Теор., Такт. СФП	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	Теор., Такт.	1	
27	Контрольные игры и соревнования.	Контроль, соревнования	1	
28	Контрольные игры и соревнования.	Контроль, соревнования	1	
	<b>Бадминтон.</b>		<b>14</b>	
29	Основы техники и тактики игры.	Теор., Такт.	1	
30	Правильная хватка ракетки, способы игры	Теор., Такт.	1	
31	Техника перемещений.	Теор., Такт.	1	
32	Тренировка упражнений с воланом и ракеткой.	Теор., Такт. СФП	1	
33	Изучение подач.	Теор., Такт.	1	
34	Подача открытой и закрытой стороной ракетки	Теор., Такт. СФП	1	
35	Тренировка ударов справа и слева.	Теор., Такт.	1	
36	Далёкий удар с замаха сверху.	Теор., Такт.	1	
37	Сочетание ударов.	Теор., Такт.	1	
38	Плоская подача. Короткие удары	Теор., Такт.	1	
39	Свободная игра. Игра на счет.	Теор., Такт.	1	
40	Соревнования.	Соревнования	1	
41	Общая физическая подготовка	Теор., Такт. ОФП	1	
42	Контрольные упражнения	Контроль	1	
	<b>Гандбол</b>		<b>12</b>	
43	Ручной мяч. Основные правила игры.	Теор., Такт.	1	
44	Спортивная одежда и обувь. Техника игры в нападении	Теор., Такт. СФП	1	
45	Техника игры в защите.	Теор., Такт.	1	
46	Стойки и перемещения, остановки.	Теор., Такт.	1	
47	Ловля и передача мяча двумя руками на месте .	Теор., Такт.	1	
48	Ловля и передача мяча двумя руками в движении.	Теор., Такт. СФП	1	
49	Ведение мяча и бросок.	Теор., Такт.	1	
50	Блокирование броска.	Теор., Такт.	1	
51	Отбор мяча.	Теор., Такт.	1	
52	Отбор и выбивание мяча.	Теор., Такт. СФП	1	
53	Игра вратаря. Учебная игра.	Теор., Такт.	1	
54	Учебная игра.	Теор., Такт. Контроль	1	
	<b>Баскетбол.</b>		<b>14</b>	
55	Основы техники и тактики. Техника	Теор., Такт.	1	

	передвижения.			
56	Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.	Теор., Такт.	1	
57	Техника нападения.	Теор., Такт. СФП	1	
58	Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока.	Теор., Такт.	1	
59	Ловля мяча одной рукой на уровне груди.	Теор., Такт.	1	
60	Броски мяча двумя руками с места.	Теор., Такт.	1	
61	Штрафной бросок	Теор., Такт.	1	
62	Бросок с трех очковой линии.	Теор., Такт.	1	
63	Ведение мяча с изменением высоты отскока.	Теор., Такт. СФП	1	
64	Ведение мяча с изменением скорости.	Теор., Такт.	1	
65	Обманные движения.	Теор., Такт.	1	
66	Обводка соперника с изменением высоты отскока.	Теор., Такт.	1	
67	Взаимодействие игроков с заслонами.	Теор., Такт.	1	
68	Групповые действия. Учебная игра	Такт. Контроль	1	
ИТОГО:			<b>68</b>	

•

### Диагностический инструментарий

**Механизмом промежуточной и итоговой оценки результатов**, получаемых в ходе реализации данной программы, является: контроль общих учебных умений и навыков (ОУУиН), который проводится два раза в год и оценивается по 5 балльной системе. Контроль проводится в форме наблюдения в сроки, установленные для начального и итогового контроля, и осуществляется по следующим критериям: освоение теории, освоение практических навыков и умений, соревновательная деятельность.

#### **Формы текущего контроля приобретения навыков и умений:**

- наблюдение за поведением обучающегося, его организованностью и дисциплинированностью, отношением к сверстникам, пониманием инструкций и выполнением заданий;

- опрос по теоретическим знаниям, проверка практических навыков;

- самоконтроль .

Основной формой итогового контроля является смотр знаний, умений и навыков методом наблюдения, а также участие в соревнованиях и товарищеских встречах различного уровня.

**ПРИМЕРНЫЙ ПЛАН  
ДИАГНОСТИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ**

Дата	Тема	Метод диагностики
<b>Сентябрь</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- «Начальная характеристика уровня развития обучающегося» ( начальная);</li> <li>- «Личностные результаты обучающихся» (стартовая);</li> <li>- «Метапредметные результаты обучающихся» (стартовая);</li> <li>- «Предметные результаты обучающихся» (стартовая);</li> <li>- «Использование образовательных технологий» (стартовая).</li> </ul>	Наблюдение, тестирование, беседы с родителями, воспитанниками, опрос, анкетирование.
<b>Январь</b>	- «Результаты освоения обучающимися общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Спортивные игры» (промежуточная);	
<b>Май</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- «Результаты освоения обучающимися общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Спортивные игры» (итоговая);</li> <li>- «Личностные результаты обучающихся» (итоговая);</li> <li>- «Метапредметные результаты обучающихся» (итоговая);</li> <li>- «Предметные результаты обучающихся» (итоговая);</li> <li>- «Использование образовательных технологий» (итоговая).</li> <li>- «Удовлетворенность потребителей качеством образовательных услуг.</li> </ul>	

#### САМООЦЕНКА И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ.

Периодически (полугодия, учебного года) обучающимся предлагается специальное занятие, на котором они осуществляют рефлекссию и самооценку своего труда, организуемого с учетом образовательной программы. Например:

#### **Рефлексия учебного года.**

Ф.И. обучающегося \_\_\_\_\_

1. Что больше всего мне понравилось за учебный год \_\_\_\_\_

2. Какие качества я приобрел благодаря занятиям \_\_\_\_\_

3. Мой самый большой успех \_\_\_\_\_

4. Моя самая большая трудность \_\_\_\_\_

5. Что у меня раньше не получалось, а теперь получается \_\_\_\_\_

6. Чему я научился, кто мой главный помощник и друг в трудных ситуациях \_\_\_\_\_

На основе рефлексии суждений обучающийся осуществляет собственную оценку своей деятельности.

### **Самооценка обучающегося по теме.**

1. На занятиях по теме я:

- узнал \_\_\_\_\_

- понял \_\_\_\_\_

- научился \_\_\_\_\_

2. Лучше всего на занятиях у меня получалось \_\_\_\_\_

3. Основные трудности у меня были \_\_\_\_\_

4. Какие изменения произошли у меня:

- в знаниях \_\_\_\_\_

- в умениях чувствовать и ощущать \_\_\_\_\_

- в умении осознавать себя \_\_\_\_\_

5. Сам себе я желаю в спортивной деятельности \_\_\_\_\_

После ученической самооценки педагог имеет возможность составить собственную самооценку.

### **ФОРМА ОЦЕНКИ КАЧЕСТВА РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.**

За период обучения обучающиеся получают определенный объем знаний и умений, качество которых проверяется ежегодно. Для этой цели проводится промежуточный контроль - участие в товарищеских встречах, спортивных соревнованиях, спортивных викторинах и конкурсах. Ежегодно проводится отчет о работе педагога и детей, проделанной за весь год. Отчет проводится в форме отчетного мероприятия (фото материалов для родителей), что позволяет подвести итог всей учебно-воспитательной работы и сделать анализ спортивных и творческих достижений детей.

### **СПОСОБЫ ОТСЛЕЖИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ**

#### **РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ «Спортивные игры».**

Для отслеживания результатов реализации данной программы, предусматривающей физическое развитие личности ребенка, необходимы следующие критерии:

**1 критерий:** «Развитие физической активности в спортивной деятельности».

Для характеристики данного критерия выделяются следующие уровни:

**Высший:** Присутствует устойчивый познавательный интерес, отмечается активная деятельность и участие в спортивно-массовой деятельности. Легко и быстро идет на сотрудничество.

**Средний:** Испытывает потребность в получении новых знаний, в открытии для себя новых способов деятельности, решить самостоятельные задания не может, необходима помощь педагога. Может придумать интересные идеи, но очень часто не может оценить их и выполнить, не всегда идет на сотрудничество.

**Низкий:** Интересы не проявляет. Производит сравнение предметов по заранее намеченному плану, пропускает занятие без уважительной причины, нет навыков самостоятельного решения проблем.

**2 критерий:** «Уровень сформированности развития навыков по отдельным видам спортивных игр».

Для характеристики данного критерия выделяются следующие уровни:

**Высший:** Точно выполняет технические и тактические действия, сотрудничает и помогает руководителю в процессе обучения.

**Средний:** Обладает техническими и тактическими действиями, не всегда организован к самостоятельной деятельности.

**Низкий:** Посещает занятия, не старается достичь определенных результатов, не проявляет активности, нарушает безопасность при выполнении двигательных действий, отсутствует коммуникативность со сверстниками.

### **Методическое обеспечение и техническое оснащение программы**

Реализации поставленных задач способствует целый ряд наиболее эффективных практических методов, приемов, форм и средств обучения.

При обучении детей используются следующие приемы и методы: репродуктивный, отработка умений и навыков, игровая и соревновательная, самостоятельная работа, обсуждение, рефлексия.

Перечень методических материалов:

— разработки педагога для обеспечения образовательного процесса (викторины, тесты по разным видам спортивных игр, наглядные пособия по шахматным комбинациям);

— разработки информационного характера: памятки, рекомендации, консультация для родителей «Безопасное поведение», «Домашний стадион».

Спортивное оборудование и спортивный инвентарь: волейбольная сетка, волейбольные мячи, футбольные мячи, теннисный стол, сетка, ракетки, шарики, комплекты шахмат и шашек, секундомер, насос, свисток, скамейки, скакалки, гантели, набивные мячи, гимнастические маты, экспандеры.

### **Работа с родителями**

**Работа с родителями предусматривает:**

- индивидуальные беседы и консультации;
- профилактические беседы;

- анкетирование, социологический опрос родителей;
- совместные воспитательные мероприятия;
- совместные товарищеские встречи, мастер-классы.

### **Список литературы:**

1. Российский футбольный клуб, БРОО "Федерация футбола", Комитет по мини-футболу ; Сост.: И.А. Руцкой, А.В. Богданов, Г.Г. Зюбан и др.: Сборник основных документов для участия в областных соревнованиях по мини-футболу на 2010-2012 гг.. - Белгород: Роза, 2010
2. под ред.: Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова ; рец.: С.Ю. Тюленьков, А.Я. Гомельский: Спортивные игры : совершенствование спортивного мастерства. - М.: Академия, 2008
3. под ред.: Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова ; рец.: С.Ю. Тюленьков, А.Я. Гомельский: Спортивные игры : техника, тактика, методика обучения. - М.: Академия, 2008
4. Гришин В. Малыши играют в шахматы. – М.: Просвещение, 1991 г.
5. Гин Евгений. Шахматные вундеркинды. – М.: «Астрен», 2006 г.

### **Интернет ресурсы:**

1. sport.mail.ru- все новости спорта
2. <http://fizkultura-na5.ru/>- сайт учителей физической культуры
3. <http://fizkulturnica.ru/>- сайт с полезной информацией для учеников, родителей, учителей.

Приложение

### **Игры на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий**

#### **Игры с перемещениями игроков**

**1.«Спиной к финишу».** Игроки построены в одну шеренгу за лицевой линией, спиной к финишу. Интервал между ними 4—5 м. По сигналу игроки бегут 18 м спиной вперёд (до противоположной лицевой линии). Побеждает игрок, который первым пересечёт линию финиша.

**2.«Бег с кувырками».** Команды построены в колонну по одному за лицевой линией площадки (линия старта- финиша). На расстоянии 9 м перед командами кладут по гимнастическому мату. По сигналу первые игроки команд бегут до

гимнастического мата, выполняют кувырок вперёд и продолжают бег до противоположной лицевой линии. Заступив одной ногой за линию, игроки возвращаются спиной вперёд, выполняют на мате кувырок назад и продолжают бег спиной вперёд до линии старта-финиша. Победитель приносит своей команде 1 очко. Следующие игроки выполняют то же задание. Выигрывает команда, набравшая наибольшее количество очков.

### **3. Эстафета «Челночный бег с переносом кубиков».**

Предварительно на обеих половинах волейбольной площадки устанавливаются по три кубика (можно кегли) на линиях разметки: два на пересечении линии нападения и боковых линий (по одному с каждой стороны) и один в центре на средней линии. В эстафете принимают участие две команды по шесть человек, которые располагаются на противоположных лицевых линиях. По сигналу первые участники от каждой команды, добежав до пересечения линии нападения с боковой линией (на своей стороне площадки), берут в руки кубик, бегут обратно и ставят его на лицевую линию. Затем то же действие выполняют со вторым кубиком, находящимся на противоположной стороне от первого кубика. После чего устремляются к средней линии, берут третий кубик, возвращаются назад и передают его второму участнику своей команды. Тот в свою очередь выполняет это же задание, только в обратной последовательности и т. д. Выигрывает команда, последний участник которой первым закончит перенос и установку кубиков в исходное (до игры) положение.

## **Игры с передачами мяча**

**1. Игровое задание «Художник».** Передачами мяча сверху обозначить на стене какую-либо геометрическую фигуру, букву или цифру.

**2. «Мяч над головой».** Занимающиеся разбиваются на команды с равным числом игроков. Время игры (обычно 1 — 1,5 мин) объявляется заранее. Одновременно могут играть две и более команды. При нехватке волейбольных мячей команды вступают в игру по очереди. Игроки каждой команды произвольно располагаются на отведённой им части площадки. Одна команда отделяется от другой меловой линией или линиями имеющейся разметки. Каждый участник получает волейбольный мяч. От команды выделяется один человек, который контролирует игру команды-соперницы. По сигналу все играющие начинают выполнять верхнюю передачу над собой. Игрок, уронивший мяч или поймавший его, выбывает из игры и садится на скамейку. Побеждает команда, у которой после сигнала об окончании игры на площадке осталось больше игроков. Игру повторяют 2—3 раза.

**3. «Обстрел чужого поля».** На боковых линиях волейбольной площадки обозначают два круга диаметром 2 м один напротив другого. По очереди игроки заходят в круг и выполняют передачу мяча сверху двумя руками, стараясь попасть

в противоположный круг. Если мяч не попадает в цель, игрок получает штрафное очко. Побеждает игрок, набравший наименьшее количество штрафных очков.

**4.«Не урони мяч».** Игроки делятся на пары и располагаются на расстоянии 4 м друг от друга. У каждой пары — волейбольный мяч. По сигналу начинают встречную произвольную передачу мяча в парах. Пара, поймавшая или уронившая мяч, садится на скамейку. Последняя пара, оставшаяся на площадке, объявляется победителем. Игру можно проводить по командам, сформировав их из определённого количества пар.

**5.«Передачи в движении».** Игроки в парах на расстоянии 4 м друг от друга из-за лицевой линии начинают передачи мяча двумя руками сверху (снизу) в движении, перемещаясь боком к противоположной линии и обратно. Побеждает та пара, которая допустила меньше потерь мяча.

**6.«Свеча».** В игре принимают участие две и более команды с равным числом игроков. На полу мелом обозначают круг или кладут гимнастический обруч. Команды располагаются в колонны по одному. По сигналу первые игроки команд забегают в круг, выполняют передачу над собой и выбегают из круга, а их места занимают вторые номера и т. д. Побеждает команда, сделавшая больше передач за определённое время.

**7.«Поймай и передай».** Участники разделяются на несколько команд, которые становятся в колонны по одному напротив друг друга на боковых линиях площадки. По команде направляющие одной из колонн подбрасывают мяч одной рукой и выполняют передачу снизу двумя руками партнёру во встречную колонну. Тот ловит мяч и аналогичным образом возвращает его обратно в противоположную колонну. Игроки, выполнившие передачу мяча, становятся в конец своей колонны. Побеждает команда, которая выполнит это упражнение быстрее и с меньшим количеством ошибок или совсем без ошибок.

**8.«Вызов номеров».** Игра проводится в двух командах. Игроки каждой команды рассчитываются по порядку и, запомнив свой номер, становятся по кругу. Один игрок с мячом стоит в центре круга. По сигналу он начинает выполнять передачи мяча над собой, после третьей передачи называет какой-либо номер и бежит из круга. Игрок, чей номер был назван, устремляется к мячу и, не дав ему упасть на пол, продолжает передачу мяча над собой и т. д. Побеждает команда, у которой было меньше потерь мяча в отведённое время.

#### *Варианты*

1. Игроки занимают по кругу различные исходные положения: стоя спиной к центру круга; сидя на полу и др.
2. Игроки передвигаются по кругу ходьбой, медленным бегом, прыжками на обеих ногах, в приседе и т. п.
3. Команды выстраиваются в колонны перед линией старта на одной стороне площадки. На расстоянии 9 м перед ними (в кругах) лежит по волейбольному мячу.

Игроки рассчитываются по порядку. Учитель вызывает любой номер, и игрок, чей номер был назван, устремляется к мячу. Берёт его в руки, выполняет передачу партнёру, стоящему во главе колонны, и получает от него обратный пас. Команда, игрок которой быстрее выполнил две передачи, получает 1 очко. Затем вызываются (в любой последовательности) остальные игроки команды. Выигрывает команда, набравшая наибольшее количество очков.

**9. Эстафета с передачей волейбольного мяча.** Две - три команды с равным количеством игроков располагаются во встречных колоннах на расстоянии 7—8 м. По сигналу первые игроки колонн ударяют волейбольным мячом об пол, а сами перемещаются в конец встречных колонн. Первые игроки встречных колонн выбегают вперёд, принимают отскочивший от пола мяч, передают его двумя руками сверху (или снизу) в обратном направлении на второго игрока и перемещаются в конец противоположной колонны, второй также ударяет мячом об пол, а затем перемещается в конец встречной колонны и т. д. Игра проводится на время. Побеждает команда, допустившая меньшее количество ошибок.

**10. Эстафета «Передал — садись».** Две колонны на расстоянии 3—4 м одна от другой, расстояние между игроками — длина рук, положенных на плечи. Перед колоннами на расстоянии 5—6 м — круги, в которые встают с волейбольными мячами капитаны команд. По сигналу игроки в кругах передают мяч первым игрокам в колоннах, те возвращают мяч обратно и сразу принимают упор присев. Далее такие же действия совершает второй, третий игрок и т. д. Когда последний в команде игрок отдаёт капитану мяч, тот поднимает его вверх и вся команда быстро встаёт. Побеждает команда, закончившая передачи раньше других.

**11. Эстафета «Одна верхняя передача».** Перед колоннами своих команд на расстоянии 3 м от них за ограничительной линией стоят капитаны с мячами в руках. По сигналу они выполняют верхнюю передачу направляющему своей колонны. Направляющие возвращают мяч двумя руками сверху капитанам и убегают в конец своей колонны. Капитаны передают мяч следующим игрокам и т. д. Если мяч упал на пол, то игрок, которому он был адресован, должен его поднять и выполнить передачу. Выигрывает команда, закончившая эстафету первой.

**12. Эстафета «Две верхние передачи».** Перед своими командами, которые построены в колонны на расстоянии 3 м за ограничительной линией, стоят капитаны с мячами в руках. По сигналу они выполняют верхнюю передачу над головой, а затем верхнюю передачу направляющему своей колонны. Направляющий повторяет упражнение, возвращая мяч капитану, после чего уходит в конец своей колонны и т. д. Выигрывает команда, первой закончившая эстафету. Упавший на пол мяч поднимает игрок, которому он был адресован.

**13. Эстафета «Верхняя и нижняя передачи мяча».** Каждая команда делится на две стоящие друг против друга (на расстоянии до 4 м) колонны. Участники одной из колонн выполняют в сторону противоположной колонны верхнюю передачу и

получают мяч нижней передачей. Волейболистам разрешается ловить мяч для выполнения своей передачи. После окончания эстафеты колонны меняются ролями. Упавший на пол мяч поднимает тот волейболист, которому он был направлен. Эстафету проводят чётное количество раз.

**Усложнённый вариант:** те же действия, но с передачами мяча через сетку.

**14. «Назад по колонне».** Игроки стоят в параллельных колоннах в 3 м друг от друга. По сигналу направляющие колонн выполняют передачу мяча сверху двумя руками партнёрам, стоящим сзади, которые в свою очередь передают мяч таким же способом в конец колонны. Замыкающий игрок ловит мяч, бежит с ним в начало колонны и выполняет то же задание и т. д. Выигрывает команда, в которой направляющий первым станет на своё место.

**Вариант.** По сигналу первый передаёт мяч верхней передачей за голову второму и поворачивается кругом, второй делает то же и т. д. Когда мяч доходит до последнего в колонне, он одну передачу делает над собой, поворачивается кругом и передаёт мяч за голову предпоследнему в обратном направлении и т. д. Выигрывает команда, в которой игрок, начавший упражнение, получит мяч первым.

**15. «Приём и передача мяча в движении».** Игроки в двух колоннах по одному выстраиваются за лицевой линией. Первые игроки в колоннах по сигналу учителя перемещаются к сетке, выполняя передачи мяча двумя руками сверху над собой. Дойдя до сетки, бросают в неё мяч и принимают его снизу двумя руками. Возвращаясь к своей колонне, игроки выполняют передачи двумя руками снизу. Затем то же задание выполняют вторые игроки и т. д. За каждое падение мяча на пол команде начисляется штрафное очко. Выигрывает команда, набравшая меньше штрафных очков.

**16. «Догоним мяч».** Играющие делятся на две группы по 8—10 человек, каждая группа играет самостоятельно на противоположных сторонах волейбольной площадки. Игроки располагаются в одну шеренгу на линии нападения спиной к сетке, подготовившись к бегу. Один из игроков с мячом располагается позади шеренги. Он бросает мяч через головы игроков вперёд-вверх, те стараются не дать мячу упасть на пол, подбивая его вверх двумя руками снизу. Кому это не удаётся, тот становится подающим, и игра возобновляется.

**17. «Лапта волейболистов».** Играющие распределяются на две равные команды по 6 человек, одна из которых является подающей, другая — принимающей подачу. Обе команды располагаются на противоположных сторонах волейбольной площадки. По сигналу первый игрок выполняет подачу мяча на сторону соперника, а сам быстро бежит вокруг площадки и возвращается назад на своё место. Игроки противоположной команды принимают мяч и разыгрывают его между собой, стараясь выполнить как можно больше точных передач за время бега игрока, выполнившего подачу мяча. Как только он вернётся на своё место, передачи мяча прекращаются и мяч передаётся очередному игроку для выполнения подачи. Так

продолжается до тех пор, пока все игроки подающей команды не выполнят подачу и перебежку. Затем команды меняются местами и ролями. За каждую передачу команде начисляется 1 очко. Выигрывает команда, набравшая больше очков. *Правила игры.* Подавать мяч только по сигналу. При выполнении передач нельзя повторно адресовать мяч одним и тем же игрокам, его каждый раз следует посылать другому игроку. Передачи мяча прекращаются, если он упал на пол.

### **Игры с передачами мяча через сетку**

**1. «Летающий мяч».** Игроки делятся на 2—3 команды. Каждая команда, в свою очередь, делится на две подгруппы, которые располагаются на своём игровом участке волейбольной площадки в две встречные колонны по разные стороны сетки, за линиями нападения. По сигналу игроки выполняют передачу мяча сверху (снизу) двумя руками через сетку партнёрам, а сами убегают в конец своей колонны. Команда, допустившая ошибку в передаче, выбывает из игры. Побеждает команда, дольше выполнявшая передачи.

**2. Эстафета «Мяч над сеткой».** 2—3 команды становятся в две встречные колонны, которые располагаются лицом друг к другу по обе стороны сетки за линиями нападения. Направляющие правых колонн держат по мячу. По сигналу они передают мяч сверху двумя руками через сетку своим партнёрам, а сами убегают в конец своей колонны. Тот, кому мяч адресован, тем же способом посылает его через сетку следующему игроку противоположной колонны и бежит с левой стороны в конец своей колонны и т. д. Если мяч не перелетел через сетку, совершивший ошибку игрок повторяет передачу. Выигрывает команда, закончившая эстафету первой.

**Вариант.** После передачи мяча игрок перемещается в конец противоположной колонны.

### **Игры с подачами мяча**

**3. «Сумей принять».** Игроки парами один напротив другого располагаются на боковых линиях площадки. По команде игроки одной из шеренг выполняют нижнюю (верхнюю) прямую подачу на своего партнёра, который принимает мяч и выполняет передачу в обратном направлении. Каждый игрок выполняет по 10 подач, затем игроки меняются ролями. Побеждает в игре тот, кто принял больше подач без ошибок.

**4. «Снайперы».** Команды располагаются в шеренгах на лицевых линиях волейбольной площадки. Игроки обеих команд по очереди выполняют по одной подаче, стараясь попасть в квадраты (гимнастические маты, расположение на волейбольной площадке) с цифрами от 1 до 6 и набрать наибольшую сумму очков. Если мяч попал в квадрат с цифрой 6, игроку начисляют 6 очков и т. д. Побеждает команда, набравшая больше очков. Повторные подачи при совершении ошибки не разрешаются.

**5.«Прими подачу».** Игроки делятся на две команды. Первая команда произвольно располагается на одной стороне волейбольной площадки. Члены второй команды встают вдоль лицевой линии на другой стороне площадки, а её направляющий получает волейбольный мяч. По сигналу игрок второй команды выполняет нижнюю прямую подачу мяча через сетку. Любой игрок первой команды должен принять подачу и выполнить передачу одному из своих товарищей, который должен поймать мяч. Когда все игроки второй команды выполняют подачу, команды меняются местами. Выигрывает команда, набравшая больше очков.

Правила игры.

4. Подачу выполнять только по сигналу. В противном случае она не засчитывается и команда соперников получает очко.
5. При неудачной подаче противоборствующая команда тоже получает очко.
6. За каждую принятую подачу с последующей передачей и ловлей мяча команде присуждается очко.
7. При падении мяча на пол после неудачной попытки его поймать очко команде не засчитывается.
8. После приёма или падения мяча команда перекатывает под сеткой мяч второй команде.
9. Игроки подающей команды выполняют по одной подаче строго по очереди.

### **Игры с атакующим ударом**

1. **«Бомбардиры».** Игроки делятся на две команды. Игроки одной команды поочерёдно выполняют атакующие удары из зоны 4 (2) с передачи из зоны 3. Игроки другой команды стремятся защитить своё поле. Если «бомбардир» попал в площадку и защитники не коснулись мяча, то нападающий получает 2 очка; если коснулись, но не приняли — 1 очко; если приняли — 0 очков. Когда все игроки команды выполняют атакующий удар, команды меняются местами. Выигрывает команда, набравшая больше очков.

2. **«Удары с прицелом».** Обе половины игровой площадки расчерчиваются на 9 квадратов 3Х3 м, обозначенных цифрами. Команды располагаются в колоннах на боковых линиях зоны 2. Игроки поочерёдно выполняют атакующие удары с передачи из зоны 3. Команде начисляются очки соответственно цифре квадрата, в который попал мяч после удара. Побеждает команда, набравшая больше очков.

**Методическое указание.** При выполнении нападающих ударов из зон 2 и 3 цифры в квадратах меняют.

### **Игры с блокированием атакующих ударов**

1. **«Кто быстрее».** Игроки двух команд располагаются в колонну по одному на противоположных сторонах площадки в зоне 4 (на пересечении линии нападения и боковой линии). По сигналу направляющие колонн перемещаются в зону 2, попутно имитируя блок в зоне 4 (руки выше сетки), перемещение к линии

нападения и касание её рукой. Затем имитируют блок в зоне 3, повторно касаются рукой линии нападения и в заключение имитируют блок в зоне 2. Быстро возвращаются к своей колонне и передают эстафету следующему игроку, который выполняет то же задание, и т. д. Выигрывает команда, закончившая эстафету первой.

**2. «Дружная команда».** Играют две команды по 3 человека. Одна команда нападает, другая обороняется. Игроки нападающей команды располагаются в зонах 2, 3, 4; блокирующие — по одному в зонах 2, 3, 4, их задача — организация группового блокирования. Нападающая команда выполняет удары из зон 2 и 4. Игрок, выполнивший нападающий удар из зоны 4, переходит в зону 2, и наоборот. После выполнения шести нападающих ударов игроки обеих команд уступают место другим игрокам своих команд и игра продолжается. Игроки, не участвующие в блокировании, собирают мячи и отдают их нападающим.

Если мяч заблокирован и остался на стороне нападающих, то блокирующие получают 2 очка, если мяч перелетел на сторону обороняющейся команды, но коснулся блока, то она получает 1 очко. Нападающий удар, не состоявшийся по вине атакующей команды, засчитывается как выполненный (ошибка в передаче, неготовность нападающего или касание им сетки и др.). После выполнения установленного количества нападающих ударов команды меняются местами и ролями. Побеждает команда, набравшая больше очков.