

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Масловпристанская средняя общеобразовательная школа
Шебекинского района Белгородской области»

«Рассмотрено»
на заседании
методического совета
Протокол № 1
от «27» августа 2020 года

«Согласовано»
Заместитель
директора школы
от «28» августа 2020 года

«Утверждаю»
Директор школы
И. А. Андреева
Приказ № 338
от «31» августа 2020 года

**ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

детского объединения «Спортивные игры»

2 года обучения
15-17 лет (10-11 класс)

п. Маслова Пристань, 2020 г.

Пояснительная записка

Одной из центральных линий Стандартов второго поколения выступают задачи формирования разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизация трудовой деятельности и организация активного отдыха.

Учебный курс « спортивные игры» в старшей школе выполняет особую роль, так как обладает мощным развивающим потенциалом. Специфика курса состоит в том, что он строится на психологической и дидактической базе, которая является в среднем школьном возрасте необходимым звеном целостного процесса духовного, нравственного и физического развития.

Игра возникла на самой ранней стадии развития человеческого общества и во все времена была своеобразной школой, в которой дети получали физическую и духовную закладку, познавали окружающий мир, учились действовать и добиваться успехов. Эмоционально насыщенные, яркие и разнообразные по содержанию, игры социальны по своей сущности, так как отражают опыт человеческих отношений, формируют нравственность ребёнка и укрепляют его здоровье.

В играх познаются различные свойства предметов, разнообразные стороны жизни. При помощи игры ребята получают информацию. Она поступает к ним без насилия и нажима. Основными мотивами является интерес, положительные эмоции, сопровождаемые чувством радости.

Программа внеурочной деятельности по физической культуре «Спортивные игры» рассчитана на 68 учебных часов для обучающихся 10-11 классов, ориентирована на перспективу повышения двигательной активности учащихся.

В процессе изучения данной программы учащиеся имеют возможность расширить свои знания и приобрести практические навыки по спортивным играм: баскетбол, волейбол, футбол,

Программа «Спортивные игры» является продолжением курса «Физическая культура» раздела: спортивные игры.

Направленность программы «Спортивные игры» — развивающая, ориентирована на создание у обучающихся представления о данных спортивных играх, направленных на развитие физических качеств и укрепление здоровья.

Новизна программы «Спортивные игры» — во включении нескольких спортивных игр: баскетбол, волейбол, футбол,

Актуальность программы «Спортивные игры» — в повышении интереса учащихся к занятиям спортивными играми.

Целесообразность программы — в овладении занимающимися физической, технической и тактической подготовками спортивных игр для успешного участия в соревнованиях.

Цели и задачи:

- воспитание у школьников потребности в систематических занятиях физической культурой, привития основ здорового образа жизни
- развитие духовных и физических качеств личности
- освоение знаний: на укрепление своего здоровья, правил техники безопасности на занятиях спортивными играми, об организации и судействе соревнований по спортивным играм.
- формирование умений: правильное выполнение приемов данных спортивных игр, владение индивидуальными и групповыми действиями, знания правил соревнований.

Реализация указанных целей обеспечивается содержанием программы «Спортивные игры», которая систематизирует умения, а так же выполнение практических заданий по данным спортивным играм.

Методы обучения

Во время занятий спортивными играми необходимо обучить учащихся, самим находить нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Для повышения интереса занимающихся к занятиям спортивных игр и более успешного решения образовательных, воспитательных задач на занятиях рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Практические методы: метод упражнений, метод соревновательный

Формы обучения: индивидуальный, групповой, фронтальный, поточный.

Срок реализации программы -2года.

Режим занятий — 1 занятия в неделю

Результаты освоения курса

В основу изучения курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» положены ценностные ориентиры, достижение которых определяются воспитательными результатами. В ходе реализации программы данного курса будет обеспечено достижение обучающимися воспитательных результатов и эффектов получения обучающимися опыта самостоятельного общественного действия.

Личностные результаты:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
 - организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
 - взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Регулятивные УУД:

- **Определять** и **формулировать** цель деятельности на занятиях с помощью учителя.
- **Проговаривать** последовательность действий на занятии.
- Учить **высказывать** своё предположение (версию), учить **работать** по предложенному учителем плану.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться совместно с учителем и другими учениками **давать** эмоциональную **оценку** деятельности класса на занятиях.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).
- Уметь организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.).

Познавательные УУД:

- Добывать новые знания: **находить ответы** на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
- Перерабатывать полученную информацию: **делать** выводы в результате совместной работы всего класса.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).

Коммуникативные УУД:

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- **Слушать** и **понимать** речь других.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.
- Привлечение родителей к совместной деятельности .

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся смогут получить знания:

- значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий
- названия разучиваемых технических приёмов игры и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с;

могут научиться:

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма)
- играть в волейбол, баскетбол, футбол с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты в судьи;
- проводить судейство по волейболу, баскетболу, футболу.

Содержание программы «Спортивные игры»

Теоретические занятия

Правила соревнований баскетбол, волейбол, футбол, их организация и проведение.

Виды соревнований. Понятие о методике судейства. Жесты судей.

Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение травматизма.

Использование естественных факторов природы (солнце, воздух и вода) в целях закаливания организма..

Практические занятия

Общая физическая и специальная подготовка.

Развитие быстроты, силы, ловкости, выносливости, гибкости; совершенствование навыков естественных видов движений; упражнения для мышц рук и плечевого пояса; упражнения для туловища и шеи; упражнения для мышц ног и таза; подвижные игры, упражнения для привития навыков быстроты ответных действий; упражнения для развития прыгучести; упражнения для развития скоростно-силовых способностей, упражнения для развития координационных способностей.

Практические занятия по технике игры в баскетбол

Совершенствование техники передвижений

Совершенствование техники ловли и передача мяча

Совершенствование техники ведения мяча

Совершенствование техники броска мяча

Совершенствование техники защитных действий

Совершенствование техники перемещений и владения мячом

Практические занятия по тактике игры в баскетбол

Командное нападение, взаимодействие с заслоном, действия в защите

Контрольные игры и соревнования.

Соревнования по баскетболу. Установка игрокам перед соревнованиями. Разбор проведенных игр. Характеристика команды противника.

Практические занятия по технике игры в волейбол

Совершенствование техники приема и передачи мяча

Совершенствование техники подач мяча

Совершенствование техники нападающего удара

Совершенствование техники защитных действий.

Практические занятия по тактике игры в волейбол

Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении

Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в защите

Контрольные игры и соревнования по волейболу.

Соревнования по волейболу. Установка игрокам перед соревнованиями. Разбор проведенных игр. Характеристика команды противника.

Практические занятия по технике игры в футбол

Совершенствование техники передвижений, остановок и стоек

Совершенствование техники ударов по мячу

Совершенствование техники ведения мяча

Совершенствование техники защитных действий.

совершенствование техники перемещений и владения мячом

Практические занятия по тактике игры в футбол

Тактические действия в нападении

Тактические действия в защите

Контрольные испытания.

Сдача контрольных нормативов по общей, специальной физической и технической подготовленности.

Итоговое занятие.

Учебно-тематический план

№ п/ п	Название раздела	Количество часов		
		Всего	10 кл.	11 кл.
1	Правила соревнований баскетбол, волейбол, футбол, их организация и проведение.	3	1,5	1,5
2	Предупреждение травматизма. Гигиена	1	0,5	0,5
3	Общая и специальная физическая подготовка	На каждом занятии		
4	Баскетбол. Основы техники и тактики игры	20	10	10
5	Баскетбол. Контрольные игры и соревнования	2	1	1
6	Волейбол. Основы техники и тактики игры	20	10	10
7	Волейбол. Контрольные игры и соревнования	2	1	1
8	Контрольные испытания	4	2	2
9	Футбол. Основы техники и тактики игры	14	7	7
9	Итоговое занятие.	2	1	1
	Итого	68	34	34