МАОУ "СОШ № 2"
Подписан цифровой подписью: МАОУ "СОШ № 2"
DN: CN="МАОУ ""СОШ № 2""", E=bibliioteka2007@mail.ru
Основание: Я являюсь автором этого документа
Расположение:
Дата: 2026.11.09 13:56:09 +05'00'
Foxit PDF Reader Версия: 2025.2.0

ДЕПАРТАМЕНТ ПО СОЦИАЛЬНЫМ ВОПРОСАМ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ЗАВОДОУКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА
«ЗАВОДОУКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2»
(МАОУ «СОШ № 2»)

Рассмотрена на заседании ШМО классных руководителей Протокол № 4 от «08» мая 2026 г. Руководитель ШМО: _____ А.Ю. Дёмина	Согласована: заместитель директора О.Н. Нагапетян _____ «15» 07 2026 г.	Утверждена приказом директора № 385 – О от «17» июля 2026 г.

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа
«Спортивные игры»

возраст учащихся: 15-16 лет
срок реализации: 1 год

Разработчик:
К.А. Сергушин
учитель физической культуры

г. Заводоуковск, 2026

Пояснительная записка

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от обучающихся значительного умственного и нервно- психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

У многих учеников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно- двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

В связи с этим обязательная оздоровительная направленность коррекционно- развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации школьников к новому режиму. Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии и/или продолжают существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учеников, владеет рациональной технологией «встраивания» разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности обучающегося и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

Актуальность программы - заключается в том, что приоритетной задачей Российского государства признана всемирная поддержка физической культуры и массового спорта, как важной основой оздоровления нации. Понятие
«здоровье» - это не только отсутствие болезней и физических дефектов, но и состояние полного физического, душевного и социального благополучия человека. Поэтому здоровье подростка представляет собой критерий качества современного образования.

Новизна программы - заключается в том, что составлена она в поддержку основной рабочей программы по физической культуре. Так же новизна данной программы состоит в том, что в ней прослеживается углубленное изучение различных видов спортивной подготовки с применением специальных упражнений на развитие координационных способностей, силы, силовой выносливости, беговой выносливости, скорости в беге, овладение техникой двигательных действий и тактическими приемами в игровой деятельности. Важным условием выполнения данной программы является сохранение ее образовательной направленности.

Педагогическая целесообразность - программы по спортивным играм заключается в том, что занятия по ней дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, являются хорошей школой движений. Проводятся с целью овладения тактикой и техникой спортивных игр, укрепления здоровья и закаливания занимающихся; достижения всестороннего развития, широкого овладения физической культурой; приобретения умения и навыков самостоятельно заниматься; развитие физических качеств:

силы, быстроты, выносливости, ловкости.

Программа предусматривает (способствует): содействие гармоничному физическому развитию, всесторонней физической подготовки, укреплению здоровья учащихся; привитие потребности к систематическим занятиям физкультурой; подготовку и выполнение нормативов комплекса физической подготовленности.

Направленность программы – спортивная.

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы «Спортивные игры»:

Удовлетворить потребность школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

Задачи программы «Спортивные игры»:

1. Укреплять здоровье и закаливать организм;
2. Повышать уровень общей физической подготовленности;
3. Развивать специальные физические способности;
4. Обучать основам техники и тактики игры;
5. Воспитать волю, смелость, настойчивость, дисциплинированность, коллективизм, навыкам культуры поведения, чувства дружбы;
6. Прививать организаторские навыки.

Формы организации занятий:

- Групповые практические занятия;
- Групповые и индивидуальные теоретические занятия;
- Индивидуальные занятия с отдельными спортсменами;
- Самостоятельные тренировки по заданию педагога;
- Просмотр учебных кинофильмов и соревнований;
- Участие в спортивных соревнованиях.

Система отслеживания и оценивания результатов обучения занимающихся

Занятия в кружке «Спортивные игры» проводятся с целью овладения тактикой и техникой спортивных игр, укрепления здоровья и закаливания занимающихся; достижения всестороннего развития, широкого овладения физической культурой и выполнения на этой основе контрольных нормативов по физической культуре, приобретения навыков и умений самостоятельно заниматься физической культурой; формирования моральных и волевых качеств, активной общественной деятельности.

Тестирование физической подготовленности позволяет с помощью контрольных упражнений (тестов) – стандартизированных по содержанию, форме и условиям выполнения двигательных действий – определить уровень развития отдельных физических качеств, т.е. уровень физической подготовленности занимающихся.

На основе контрольных упражнений педагог делает выводы и при необходимости вносит коррективы в тренировочный процесс. Например, если уровень физической подготовленности занимающихся не повышается или становится ниже, то необходимо пересмотреть содержание, методику занятий, физические нагрузки.

В процессе обучения проводятся три вида диагностики: входной контроль, промежуточный и итоговый. Диагностика проводится в процессе работы и общения с обучающимися.
Методы контроля и управления образовательным процессом - это наблюдение педагога в ходе занятий, анализ подготовки и участия обучающихся в различных мероприятиях колледжа, конкурсах.

Адресат программы:
Программа «Спортивные игры» рассчитана на школьников 11-15 лет. Она предусматривает проведение теоретических, практических знаний, выполнение учащимися контрольных нормативов, участие в соревнованиях.

Место программы в учебном плане:
Программа рассчитана на 1 год (34 часа в год) с проведением занятий 1 раз в неделю, продолжительность занятия 40 минут. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

Особенности программы «Спортивные игры»:

Практические занятия различают по направленности: однонаправленные (посвящены одному из видов подготовки: технической, тактической, физической), комбинированные (включают материал 2-3 видов в различных сочетаниях), игровые (игровая тренировка, двухсторонняя игра, игровой фрагмент).

Планируемые результаты реализации программы.

Личностными результатами программы являются следующие умения:
-оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
-выражать свои эмоции;
-понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;
Метапредметными результатами является формирование универсальных учебных действий (УУД).

- Регулятивные УУД:
  -определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
  -проговаривать последовательность действий во время занятия;
  -учиться работать по определенному алгоритму
- Познавательные УУД:
  -умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;
- Коммуникативные УУД:
  -планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
  -постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
  -разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
  -управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;
  -умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.
  -сформировать навыки позитивного коммуникативного общения.

Предметные результаты:

- у учащегося выработается потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и спортивными играми;
- сформировано начальное представление о культуре движении;
- обучающийся сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- обобщение и углубление знаний об истории, культуре спортивных игр;
- умение работать в коллективе.

Учебный план
1 модуль

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Форма аттестации, контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	**Футбол.** Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. История футбола. Основные правила игры в футбол. ПДД.	**1**	**1**	**0**	Опрос учащихся
2	Изучение стоек игрока, перемещений в стойке.	**1**	**1**	**0**	Сдача контрольных нормативов. (Первичнй контроль).
3	Варианты ведения мяча без сопротивления защитника.	**1**	**0**	**1**	Сдача контрольных нормативов
4	Удары по воротам на точность попадания мячом в цель.	**1**	**0**	**1**	Сдача контрольных нормативов
5	Комбинации: ведение, удар (пас), приём мяча, остановка, удар по воротам.	**1**	**0**	**1**	Сдача контрольных нормативов
6	Позиционные нападения без изменения позиций игроков.	**1**	**0**	**1**	Сдача контрольных нормативов
7	Нападение 3:1, 3:2 с атакой и без атаки на ворота. Защита.	**1**	**0**	**1**	Сдача контрольных нормативов
8	Игра по упрощённым правилам мини-футбола.	**1**	**0**	**1**	Сдача контрольных нормативов
9	**Баскетбол.** Правила ТБ. История баскетбола. Основные правила игры в баскетбол. ПДД.	**1**	**1**	**0**	Опрос учащихся
10	Изучение стоек игрока, перемещений в стойке.	**1**	**1**	**0**	Сдача контрольных нормативов

11	Ловля и передача мяча на месте и в движении без сопротивления защитника.	**1**	**0**	**1**	Сдача контрольных нормативов
12	Варианты ведения мяча без сопротивления защитника. Вырывание и выбивание мяча.	**1**	**0**	**1**	Сдача контрольных нормативов
13	Броски мяча после ведения и ловли без сопротивления защитника.	**1**	**0**	**1**	Сдача контрольных нормативов
14	Комбинации: ловля, передача, ведение, бросок.	**1**	**0**	**1**	Сдача контрольных нормативов
15	Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0).	**1**	**0**	**1**	Сдача контрольных нормативов
16	Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.	**1**	**0**	**1**	Сдача контрольных нормативов (Промежуточный контроль).
17	Подведение итогов. Теория. ПДД.	**1**	**1**	**0**	Опрос учащихся
Итого:		17 часов (1 модуль)			

2 модуль

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Форма аттестации, контроля
		Всего	Теория	Практика	
18	**Волейбол.** Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. История волейбола. Основные правила игры в волейбол. ПДД.	**1**	**1**	**0**	Опрос учащихся
19	Изучение стоек игрока, перемещений в стойке.	**1**	**1**	**0**	Сдача контрольных нормативов (Промежуточный контроль).
20	Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперёд.	**1**	**0**	**1**	Сдача контрольных нормативов
21	Приём мяча снизу двумя руками на месте и после	**1**	**0**	**1**	Сдача контрольных

	перемещения вперёд.				нормативов
22	Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки.	**1**	**0**	**1**	Сдача контрольных нормативов
23	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром..	**1**	**0**	**1**	Сдача контрольных нормативов
24	Комбинации: приём, передача, удар.	**1**	**0**	**1**	Сдача контрольных нормативов
25	Позиционное нападение без изменения позиций игроков (6:0).	**1**	**0**	**1**	Сдача контрольных нормативов
26	Игра по упрощённым правилам мини-волейбола.	**1**	**0**	**1**	Сдача контрольных нормативов
27	Игра по упрощённым правилам волейбола.	**1**	**0**	**2**	Сдача контрольных нормативов
28	**Тэг-регби.** История тэг-регби. Основные правила игры в тэг-регби. ПДД.	**1**	**1**	**0**	Опрос учащихся
29	Расположение игроков по амплуа. Виды передвижений. Простейшие передвижения в атаке.	**1**	**1**	**0**	Сдача контрольных нормативов
30	Передача мяча на короткой дистанции, средней дистанции. Передача мяча в движении. Игра 4х4.	**1**	**0**	**1**	Сдача контрольных нормативов
31	Техника передвижений в атаке и в защите. Учебная игра в тэг-регби.	**1**	**0**	**1**	Сдача контрольных

32	Техника передачи мяча.	**1**	**0**	**1**	Сдача контрольных нормативов
33	Групповые тактические взаимодействия. Учебная игра в тэг-регби.	**1**	**0**	**1**	Сдача контрольных нормативов. (Итоговый контроль)
34	Подведение итогов. Теория. ПДД.	**1**	**1**	**0**	Опрос учащихся
Итого:		17 часов (2 модуль)			
		34 часа (1 и 2 модуль)			

Календарный учебный график

Режим организации занятий по данной дополнительной общеобразовательной программе определяется календарным учебным графиком и соответствует нормам, утверждённым СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи», утверждённые Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 19 (зарегистрировано в Минюсте 02.06.2026 № 86855).

Год обучения	**Дата начала обучения по программе**	**Дата окончания обучения по программе**	**Всего учебных недель**	**Количество учебный часов**	**Режим занятий**
2026-2027 учебный год	01.09.2026	31.05.2027	34	34	После уроков, один раз в неделю

Список литературы

1. Под ред. Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова: Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения. - М.: Академия, 2012.

3. Ермаков В.А. Обучение технике игры в баскетбол. Методические рекомендации. – Тула. 2017. – 25 с.

4. Назаренко Л. Д. Оздоровительные основы физических упражнений; Владос - Москва, 2017.

5. Пирсон Алан, Хокинс Дэвид Школа мгновенной реакции, ловких движений, быстрых ног и сильных рук. Физическое развитие детей; АСТ, Астрель - Москва, 2014.

6. Соколов В.Н. Методика начального обучения в гандболе. - С.-Петербург: Издательство РГПУ им. А. И. Герцена, - 2009.