



Управление по образованию, опеке и попечительству  
Администрации Кореневского района Курской области  
Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Верхне-Грунская средняя общеобразовательная школа»  
Кореневского района Курской области

Принята на заседании педагогического  
совета от « 30 » 08 2023 г.  
Протокол №1

Утверждено приказом МКОУ «Верхне-  
Грунская средняя общеобразовательная  
школа» Приказ от «    »    2023 г.  
Директор  Е.В. Мартакова



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**  
**Физкультурно- спортивной НАПРАВЛЕННОСТИ**  
**«Спортивные игры»**

Срок реализации – 1 год (36 часов)

Возраст обучающихся 12-14 лет

Автор-составитель:  
Учитель физической культуры

## КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК

### 1.1. Пояснительная записка

Нормативно – правовая база: «Спортивные игры»

Дополнительная общеобразовательная программа физкультурно-спортивная разработана в соответствии с

- Законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» (№273-ФЗ от 29.12.2012)
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Минобрнауки РФ от 29.08. 2013г. №1008)
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 4июля 2014г. №41 «Об утверждении СанПиН2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций ДО детей»
- Концепцией развития дополнительного образования детей (утв. распоряжением Правительства РФ от 04 сентября 2014г. №1726-р)
- Письмом Минобрнауки РФ от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе с Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ)
- Письмом Минобрнауки РФ от 14.12.2015г. №09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»)

Направленность программы физкультурно – спортивная

Образовательная деятельность по дополнительной общеобразовательной программе «Спортивные игры» направлена на:

- формирование и развитие физических способностей обучающихся;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепление здоровья;
- социализацию и адаптацию обучающихся к жизни в обществе; формирование общей культуры обучающихся

**Направленность программы: Физкультурно- спортивная**

#### **Актуальность программы.**

программы заключается в том, что у взрослого и детского населения России в последнее десятилетие значительно понижаются показатели критериев здоровья, мотивации здорового образа жизни, пристрастие к вредным привычкам и наркотическим веществам. Поэтому вовлечение и привитие мотивации к здоровому образу жизни необходимо начинать с младшего школьного возраста. Программа актуальна на сегодняшний день, так как ее реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей в связи с высокой учебной нагрузкой, неся оздоровительный эффект. В

результате деятельности по программе происходит воспитание волевых черт характера, наблюдается благотворное воздействие на все системы детского организма, происходит развивая таких физических качеств, как сила, быстрота, выносливость, ловкость.

**Новизна программы** в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься спортом, предъявляя посильные требования в процессе обучения.

Она дает возможность заняться спортивными играми с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «волейбол», «лапту» в школе, а также уделить внимание вопросу формирования привычки к здоровому образу жизни, всестороннему подходу к воспитанию гармоничного человека.

**Отличительные особенности программы.**

Программа рассчитана на более полное изучение, закрепление, совершенствование полученных школьных навыков и расширенное освоение (в отличие от школьного курса) более глубоких приёмов избранного вида спорта в течение 1 года.

**Педагогическая целесообразность:** Спортивные игры способствуют всестороннему, гармоничному физическому и умственному развитию личности, формируют необходимые навыки, координацию движений, ловкость и меткость. Занятия, построенные на движениях, требующие большой затраты энергии (бег, прыжки и др.), усиливают обмен веществ в организме, оказывают укрепляющее действие на нервную систему ребенка. Они способствуют созданию бодрого настроения.

Игра оказывает большое воздействие на формирование личности, поскольку в ней проявляются и развиваются умения анализировать, сопоставлять, обобщать и делать выводы. Правила и двигательные действия подвижной игры создают у играющих верные представления о безопасном поведении в реальной жизни. Таким образом, в «Спортивных и подвижных играх» реализуется не только область «Физическое развитие», но и «Социализация», «Безопасность», «Коммуникация», «Познание».

**Уровень программы.** «Спортивные игры»

заключается в том, что занятия по ней способствуют укреплению здоровья, повышению физической подготовленности и формированию двигательного опыта, здоровьесбережению, снятию психологического напряжения после умственной работы на уроках.

**Условия зачисления на программу.** Обучающиеся зачисляются в объединения дополнительного образования по заявлению родителей (до 14 лет), по заявлению обучающихся (с 14 лет), учащиеся должны иметь справку- допуск от врача.

**Адресат программы.** Программа разработана для детей возраста 11-14 лет. При наборе детей в группу обучения принимаются все желающие дети на основе заявления родителей. Количество обучающихся в группе – 12 человек.

**Срок реализации и объем программы.** Программа «Спортивные игры» рассчитана на год обучения.

**Объем программы:** 36 часов.

**Язык** – русский.

**Режим занятий.** Занятия проводятся один раз в неделю по одному часу.

Продолжительность академического часа – 40 минут.

**Форма обучения** – очная.

#### **Форма организации образовательного процесса.**

Занятия рекомендуется проводить преимущественно на открытом воздухе.

Основным его содержанием являются общеразвивающие упражнения и подвижные игры, направленные на снятие умственного и физического утомления, развитие основных физических качеств и овладение общеразвивающими и оздоровительными комплексами.

Ведущей формой организации обучения является групповая и индивидуально-групповая. Теоретические, практические, комбинированные – занятия.

#### **Особенности организации образовательного процесса.**

- Традиционная- реализуемая в рамках учреждения

### **1.2. Цель и задачи программы**

**Цель:** Способствование всестороннему физическому развитию обучающихся путем вовлечения обучающихся в двигательную деятельность.

#### **Задачи:**

##### **Образовательные**

- Формирование специальных знаний, умений при игре в волейбол, лапту;
- Развитие познавательного интереса к спортивным играм, включенность в познавательную деятельность;
- Формирование интереса к народным подвижным играм и распространение игрового опыта.

##### **Развивающие**

- Развитие личностного самообразования: активности, самостоятельности, общения, интеллектуальных способностей;

- Создание комфортной обстановки, атмосферы доброжелательности, сотрудничества, включения в активную деятельность, ситуации успеха.

#### **Воспитательные**

- Формирование нравственного сознания личности; воспитание качеств, взглядов, убеждений; формирование способов поведения в обществе; способов самоконтроля;
- Воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;
- Сохранение и укрепление здоровья, формирование здорового образа жизни

### **1.3 Содержание программы**

#### **Учебный план**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля (нормативы)
		всего	теория	практика	
1	Основы знаний	5	3	-	зачет
2	Общефизическая подготовка	5	-	5	зачет
3	Подвижные игры	10	-	10	зачет
4	Специальная подготовка	3	-	5	зачет
5	Волейбол	13	-	13	Контрольные соревнования
Всего часов:		36	3	33	

#### **Основы знаний**

##### **Теория:**

- Основы истории развития спортивных игр в России, краткие исторические сведения о возникновении игры, год рождения и возникновения игры. Основатель игры. Родина спортивных игр. Первые шаги, спортивные игры у нас в стране.
- Сведения о строении и функциях организма человека. Работа мышц и связок во время игры. Зависимость появления травм от неправильного отношения к гигиеническим требованиям.
- Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль. Общий режим дня. Гигиена сна, питания. Гигиена одежды, обуви. Гигиенические требования к инвентарю и спортивной форме.
- Правила игры. Размеры площадки и высота сетки. Взаимодействие игроков на площадке.

• **Практика:**

**Для развития силы:**

- общеразвивающие упражнения с предметами (мальчики- с отягощениями от 1 до 3кг);
- подтягивание в висе (мальчики);
- сгибание и разгибание рук в упоре лёжа;
- поднимание прямых ног или туловища из положения лёжа на спине;
- приседание на одной ноге с опорой и без; упражнения в парах на сопротивление.

**Для развития скоростно-силовых качеств:**

- прыжки через скакалку;
- многоскоки;
- выпрыгивание из приседа;
- бег с высоким подниманием бедра;
- бег на спринтерские дистанции;
- легкоатлетические эстафеты;
- подвижные и спортивные игры.

**Для развития общей и силовой выносливости:**

- кросс 1500-2000м;
- серийное выполнение силовых упражнений;
- вис на согнутых руках;
- длительное удержание угла в упоре и висе;
- спортивные игры;
- прыжки через скакалку до 3мин.;
- ходьба на лыжах;
- катание на коньках;
- плавание;
- езда на велосипеде.

**Для развития ловкости и координации движений:**

- разнонаправленные движение руками и ногами;
- жонглирование различными предметами;
- метание на точность;
- преодоление полос препятствий;
- упражнения с малым и большим мячами;
- упражнения в равновесии;
- подвижные и спортивные игры.

### **Для развития гибкости:**

- пружинящие наклоны туловища из различных положений;
- повороты и вращения туловища с большой амплитудой;
- «мост» из положения лёжа (девочки);
- движения руками и ногами с максимальной амплитудой;
- акробатические упражнения.

### **Общefизическая подготовка**

#### **Теория:**

На занятиях с юношами и девушками не прекращается работа по освоению новых специально подготовительных упражнений, совершенствованию и адекватному применению их в вариативных условиях. В этой связи на занятиях широко применяют в начале подводящие, а затем развивающие специально подготовленные упражнения, способствующие дальнейшему освоению и закреплению техники и тактики видов спорта. К обучению особенно сложным в координационном отношении двигательным действиям рекомендуется приступать только тогда, когда соответствующие подводящие упражнения в достаточной степени отработаны. Это касается как элементов техники гимнастических, легкоатлетических, спортивно-игровых упражнений, так и заданий тактического характера в спортивных играх и в избранном виде спорта.

#### **Практика:**

- Строевые упражнения. Повороты, перестроение, слияние.
- Гимнастические упражнения. Упражнения на гимнастической стенке. Лазание по гимнастической стенке. Ходьба по бревну. Упражнения с предметами, с набивными мячами (1-2 кг.) из различных положений. Чередование упражнений руками и ногами – броски, выпрыгивания, в верх с мячом, зажатými голенистопоными суставами; в положении сидя, лежа – поднятие ног с мячом.
- Акробатические упражнения. Кувырки вперед, назад, стойки на лопатках. Соскоки в глубины со снаряда (высота 50-60 см.).
- Легкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 30м. Прыжки: с места в длину, вверх. Прыжки с разбега в длину и высоту. Метание теннисного мяча в цель, на дальность.

### **Подвижные игры.**

**Теория:** Игра — исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственный человеку. Она удовлетворяет потребность людей в отдыхе, развлечении, развитии духовных и физических сил .

Возникновение игры относят к начальному этапу становления человека. Появление игры было оправдано с биологических позиций необходимостью передачи опыта от одного поколения другому. Трудовые процессы, и прежде всего охота, требовали от первобытного человека силы, ловкости, выносливости и специальных навыков. Игровая форма обучения способствовала накоплению и передаче знаний и опыта, старших младшим и совершенствовалась необходимые качества. В первоначальном виде

игры являлись частью искусства первобытного общества, которое отражало трудовые, бытовые и обрядовые действия человека. Игры включали образно-подражательные действия и были неразделимы с пением, танцами, музыкой. Состязания и изобразительные игры, применяемые для подготовки к жизнедеятельности, прошли сложный путь развития от натуралистических и символических к отвлеченным играм. По мере совершенствования орудий труда и производства, с развитием языка, мышления игры выделяются в самостоятельный вид деятельности, становятся богаче по своему содержанию, в них появляются отвлеченные формы движений и новые более сложные действия .

Выделившись в относительно самостоятельный вид деятельности, игры всегда определялись укладом жизни общества, что отражалось не только в их содержании, но и в воспитательных целях в соответствии с законами и запросами данного общества.

В историческом плане игра оказалась одним из тех необходимых мостиков, который соединил поколения, позволил человеку накапливать и передавать опыт.

### **Практика:**

Воспитание быстроты: «Вызов номеров», «Перебежки с выручкой», «Охотники и утки», «Борьба за мяч», «Скакуны», «Мяч ловцу», «Два капитана», «Вслед за мячом».

Воспитание силы: «Вертушка», «Перетягивание в парах», «Бой петухов», «Эстафета с прыжками», «Бег раков», «Всадники», «Стенка на стенку», «Втяни в круг», «Сороконожки».

Воспитание выносливости: «Сумей догнать», «Гонки с выбыванием», «Мяч ловцу», «Ловля парами», «Борьба за мяч», «Салки с мячом», «Круговая лапта», «Вольная лапта», «Школьная лапта».

Воспитание ловкости: «Два лагерь», «Попади в мяч», «Защита укрепления», «Вертуны», «Бег командами», «Разведчики и часовые», «Два мяча через сетку», «Салки», «Перестрелка», «Город – за городом», «Не давай мяч водящему», «Охотники», «Эстафета у стены», «Удочка». Метание малого теннисного мяча в цель, на дальность.

## **Волейбол**

### **Теория:**

#### **Общая и специальная физическая подготовка**

1. Строевые упражнения.
2. Гимнастические упражнения.
3. Акробатические упражнения.
4. Легкоатлетические упражнения.
5. Подвижные игры.

#### **Основы техники и тактики**

*1. Техника нападения:* перемещения, стойки, передача мяча, подача мяча, нападающие удары.

2. *Техника защиты.*

3. *Тактика нападения:* а) индивидуальные действия; б) групповые действия; в) командные действия.

4. *Контрольные игры и соревнования.*

5. *Контрольные испытания.*

### **Практика:**

Техника нападения

- Перемещения и стойки. Действия без мяча. стартовая стойка, основная стойка, ходьба, бег перемещаясь лицом вперед, боком вперед. Остановка шагом.

- Действия с мячом. Передачи мяча сверху двумя руками; отскочившего от стены мяча; после броска через сетку; от нижней подачи; снизу двумя руками: отбивание мяча, подвешенного на шнуре, наброшенного партнером – на месте и после перемещения.

- Нападающие удары. Прямой нападающий удар сильнейшей рукой (овладение режимом разбега, прыжка вверх, толчком двух ног: с места 1,2,3 шагов разбега, удар кистью по мячу).

Техника защиты:

- Действия без мяча: скачек вперед, остановка прыжком, сочетание способов перемещений и остановок, стартовая стойка, ходьба, бег перемещаясь лицом, вперед, боком вперед. Остановка шагом.

- Действия с мячом: прием мяча снизу двумя руками; прием мяча снизу с подачи; одиночное блокирование. Прием мяча сверху двумя руками: отскочившего от стены мяча, после броска через сетку; от нижней подачи; снизу двумя руками: отбивание мяча, подвешенного на шнуре, наброшенного партнером - на месте и после перемещения.

### **Тактическая подготовка.**

Тактика нападения:

- Индивидуальные действия: выбор места для выполнения нижней подачи: выбор места для второй передачи и в зоне 3.

- Групповые действия. Взаимодействие игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передаче). Взаимодействия игроков зон 6, 5 и 1 с игроками зоны 3.

- Командные действия. Прием нижней подачи и первая передача в зону 3, вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.

Тактика защиты:

- Индивидуальные действия. Выбор места для выполнения нижней подачи. Расположение игроков при приёме подачи, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 3.
- Групповые действия. Взаимодействие игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передаче). Взаимодействия игроков зон 6,5 и 1 с игроками зоны 3.
- Командные действия. Прием нижней подачи и первая передача в зону 3, вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.

### **Контрольные испытания**

Контрольные игры и соревнования:  
теория

- Правила соревнований
- Положение о соревнованиях
- Расписание игр
- Оформление хода и результата соревнований

Практика:

- Соревнования по подвижным играм с элементами спортивных игр, «Веселые старты»
- Учебно-тренировочные игры. Сдача тестов.
- Товарищеские встречи. Соревнования по спортивным играм.

### **Планируемые результаты**

\*Основы истории развития спортивных игр в России;

\*О строении и функциях организма человека;

\*Правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;

\*Правила игры; места занятий, инвентарь.

**уметь:**

Технически правильно выполнять двигательные действия в спортивных играх;

Играть в спортивные игры по упрощенным правилам

## II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### 2.1. Календарный учебный график

Таблица 2

№ п/п	Группа	Год обучения, номер группы	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Нерабочие праздничные дни	Сроки проведения промежуточной аттестации
-------	--------	----------------------------	---------------------	------------------------	---------------------------	-------------------------	--------------------------	---------------	---------------------------	---

1.	Группа № 1	1 год обучения	01.09.2023	28.05.2024	36	36	36	1 раз в неделю по 1	Согласно календарю	1 раз в полугодие
----	------------	----------------	------------	------------	----	----	----	---------------------	--------------------	-------------------

## 2.2.Оценочные материалы

Результативность деятельности обучающихся в физкультурно- спортивной направленности «Спортивные игры» оценивается с помощью следующих методов диагностики:

Формы подведения итогов реализации программы. Основной формой подведения итогов реализации программы является прохождение специализированных тестов. Во время зачёта каждый учащийся демонстрирует свои физические качества. Учащиеся, успешно освоившие программу участвуют в окружных соревнованиях. Оценка результатов освоения материала определяется уровнем знаний, умений и навыков: высокий, средний, низкий уровень.

### 2.2. Формы аттестации

Умения и навыки проверяют во время участия учащихся в межшкольных соревнованиях, в организации и проведении судейства внутришкольных соревнований. Система оценки результатов освоения обучения дополнительной общеразвивающей программы являются уровень сформированных знаний, умений, навыков, уровень развития учащихся, включающий индивидуальные качества и личностный рост.

Вид контроля	Форма контроля
Вводный контроль	Собеседование, наблюдение
Текущий контроль (по итогам занятий)	Опросы, собеседования, наблюдения
Тематический контроль (по итогам завершения каждого раздела)	Беседы, наблюдение, соревнования.

### 2.3. Методические материалы

№ п/п	Название раздела, темы	Дидактические и методические материалы
1	Введение в тему	
2	Волейбол	Передачи мяча в парах через сетку Верхняя (нижняя) прямая подача, Прием мяча снизу с подачи.
3	Развивающие игры и игровые задания	«Подвижный квадрат», «Стритбол».
4	Эстафеты с элементами волейбола (с применением передач сверху и снизу двумя руками).	«Передал, садись», «Мяч среднему».

### 2.4. Условия реализации программы

#### Материально-технические условия

**Спортивный зал.** Для занятий используется просторное светлое помещение, отвечающее санитарно-техническим нормам. Помещение сухое, с естественным доступом воздуха, легко проветриваемое, с достаточным дневным и искусственным освещением.

Кабинет эстетически оформлен, правильно организованы учебные места для детей.

**Оборудование и материалы.** Скамейка для обучающихся. Спортивное оборудование, скакалки, мячи.

Требований к спортивной одежде нет.

**Информационное обеспечение.** Электронные образовательные ресурсы (видео), интернет- источники.

**Кадровое обеспечение программы.**

Программу может реализовывать педагог физической культуры с высшим (средне-профессиональным) педагогическим образованием и квалификацией по профилю, «начальное образование» или педагог дополнительного образования с высшим (средне- профессиональным) педагогическим образованием, прошедший переподготовку по соответствующему профилю.

### 2.6 Рабочая программа воспитания

«Воспитание – деятельность, направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде».

Воспитание представляет собой многофакторный процесс, поскольку формирование личности происходит под влиянием семьи, образовательных учреждений, среды ровесников, общественных организаций, средств массовой информации, искусства, социально-экономических условий жизни и др. К тому же воспитание является долговременным и непрерывным процессом, результаты которого носят отсроченный характер.

Приоритетными направлениями в организации воспитательной работы являются: гражданско-патриотическое, духовно-нравственное, художественно-эстетическое, спортивно-оздоровительное, трудовое, а также воспитание познавательных интересов.

#### **Цель воспитательной работы:**

развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства; формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

#### **Формы и содержание деятельности:**

Воспитание на занятиях школьных курсов дополнительного образования осуществляется преимущественно через:

формирование в кружках, секциях, клубах, детско-взрослых общностей, которые объединяют обучающихся и педагогов общими позитивными эмоциями и доверительными отношениями; вовлечение школьников в интересную и полезную для них деятельность, которая предоставит им возможность самореализоваться в ней, приобрести социально значимые знания, развить в себе важные для своего личностного развития социально значимые отношения, получить опыт участия в социально значимых делах;

поощрение педагогическими работниками детских инициатив, проектов, самостоятельности, самоорганизации в соответствии с их интересами;

создание в детских объединениях традиций, задающих их членам определенные социально значимые формы поведения;

поддержку в детских объединениях школьников с ярко выраженной лидерской позицией и установкой на сохранение и поддержание накопленных социально значимых традиций;

Реализация воспитательного потенциала дополнительного образования в школе осуществляется в рамках следующих выбранных обучающимися курсов, занятий:

художественной, эстетической направленности в области искусств, художественного творчества разных видов и жанров;

туристско - краеведческой направленности;

оздоровительной и спортивной направленности.

Художественно-эстетическая деятельность предполагает привитие эстетических ценностей, развитие эмоциональной сферы, творческих способностей, чувства прекрасного. Работа ведется через реализацию различных форм взаимодействия с природой, организацию выставок детского рисунка, детских творческих работ, поделок, конкурсов, тематических классных часов.

Туристско - краеведческая деятельность. Курс кружковой деятельности «Возвращение к истокам», направленный на воспитание у школьников любви к своему краю, его истории, культуре, природе, на развитие самостоятельности и ответственности школьников.

Спортивно-оздоровительная деятельность. Вводится для привития детям привычек здорового образа жизни, их гармоничного психофизического развития, формирования мотивации к сохранению здоровья. Методами реализации выступают ведение просветительской работы, информирование о полезных и вредных привычках, приобщение школьников к физической активности в разных ее проявлениях.

**Планируемыми результатами воспитательной работы** можно считать позитивные изменения по всем основным направлениям деятельности в области гражданско-патриотического, духовно-нравственного, художественно-эстетического, спортивно-оздоровительного, трудового, познавательного развития детей.

#### Календарный план воспитательной работы на 2023-2024 учебный год

	<b>Наименование мероприятия, события</b>	<b>Форма проведения</b>	<b>Срок и место проведения</b>	<b>Ответственные</b>
1	Флешмоб ко Дню Рождения ЮПИД	Конкурсная программа	Сентябрь	Учитель физической культуры
2	День Учителя	Праздничное мероприятие	Октябрь	Власова Д.А

3	Спортивное развлечение «Дружим с витаминами»	игра	Октябрь	Власова Д.А
4	День Матери	Развлечение с мамами	Ноябрь	Власова Д.А
5	Олимпиада «Выше, сильнее, быстрее»	Олимпиада	Ноябрь	Власова Д.А
6	Новый год	Праздник	Декабрь	Власова Д.А
7	«День защитника Отечества»	Игровая программа	Февраль	Власова Д.А
8	«8 марта- праздник мам!»	Мероприятие	Март	Власова Д.А
9	«Масленица»	Спортивно-фольклорный праздник	Март	Власова Д.А
10.	Спортивное развлечение «Всемирный День Здоровья»	Спортивное развлечение	Апрель	Власова Д.А
11	День Победы	Праздничное мероприятие	Май	Власова Д.А

### **Список литературы для педагога**

1. Выдрин В.М. Теория физической культуры (Культурологический аспект): учеб. пособие // ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта. – Л., 1988.
2. Ермолаев Ю.А. Спортивная лапта. Правила игры. – М.: Экспериментальный центр «Игрофил», 1990.
3. Выдрин В.М. Теория физической культуры (Культурологический аспект): учеб. пособие // ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта. – Л., 1988.
4. Ермолаев Ю.А. Спортивная лапта. Правила игры. – М.: Экспериментальный центр «Игрофил», 1990
5. Железняк Ю.Д. «120 уроков по волейболу» - Москва: Физкультура и спорт, 1974г
6. Лепешкин В.А. Лапта. Как сделать ее популярной // Физкультура в школе. –1993. – № 4.
7. Настольная книга учителя физической культуры // под ред. Л.Б. Кофмана; авт.-сост. Г.И. Погадаев. – М.: Физкультура и спорт, 1974.
8. Нумакова П.А., Мещерянин И.А. Спортивные и подвижные игры. – М.: Физкультура и спорт, 1970.
9. Основы спортивные игры. О. Чехов - Москва: Физкультура и спорт, 1976г
10. Пономарев Н.И. Социальные функции физической культуры и спорта. – М.: Физкультура и спорт, 1974.
2. Правдин В.А. и др. Спортивные игры – игра для всех - Москва: Физкультура и спорт, 1966г
3. Скопинцев А.Г. Народные спортивные игры // Знание. –1990. – № 6.
4. Спортивные игры. Пер. с нем. Под общ. Ред. М. Фидлер – Москва: Физкультура и спорт, 1972г

5. Спортивные игры. Учебник для студентов №2114 «Физ. Воспитание» В.Д. Ковалева - Москва: Просвещение, 1988г
6. Филин В.П. Воспитание физических качеств юных спортсменов. – М.: Физкультура и спорт, 1974.
22. Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. Спортивные игры - Москва: Физкультура и спорт, 1983г
7. Черемисин В.П., Ермолаев Ю.А. Народные игры в системе воспитания детей и подростков: учеб.-метод. пособие. – МГАФК, 2004.

**Список литературы для обучающихся**

8. Бейлин В.Р., Ярмолук В.А. Перекаты и кувырки // Физическая культура в школе. – 2000. – № 2
9. Валиахметов Р.М. и др. Народная игра – лапта: метод. пособие. Г. Уфа, 2003.
10. Володченко В., Юмашев В. Выходи играть во двор! – М.: Молодая гвардия, 1984.
11. Ермолаев Ю.А., Ермолаева Ю.Ю., Винникова Е.Е., Счастливая О.Э. Народные подвижные игры: учеб. пособие.– М., 1990.
12. Железняк Ю.Д. «120 уроков по волейболу» - Москва: Физкультура и спорт, 1974г
13. Лепешкин В.А. Лепта. Как сделать ее популярной // Физкультура в школе. –1993. – № 4.
14. Лубышева Л.И. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути ее освоения обществом и личностью // Теория и практика физической культуры. –1997. – № 6.
15. Мондозолевский Г.Г. Щедрость урока - Москва: Физкультура и спорт, 1984г
16. Народная игра в системе воспитания детей и подростков: расширенное практ. пособие для специалистов физкультурно-оздоровительной, спортивной и туристской деятельности / Сост. В.П. Черемисин. – М., 1998.
17. Правдин В.А. и др. Спортивные игры – игра для всех - Москва: Физкультура и спорт, 1966г
18. Скопинцев А.Г. Народные спортивные игры // Знание. –1990. – № 6.
19. Спортивные игры. Пер. с нем. Под общ. Ред. М. Фидлер – Москва: Физкультура и спорт, 1972г
20. Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. Спортивные игры - Москва: Физкультура и спорт, 1983г
21. Черемисин В.П., Ермолаев Ю.А. Народные игры в системе воспитания детей и подростков: учеб.-метод. пособие. – МГАФК, 2004.

22. Щербакова И.Н. Упражнения со скакалкой. – М.: Советский спорт, 1991.

**Электронные интернет – ресурсы, рекомендованные родителям**

1. Консультация для родителей «Спортивные игры для детей» - <https://7.mozdoksad.ru/site/pub?id=392>
2. Спортивный калейдоскоп - [http://instruktor.ucoz.pl/index/dlja\\_vas\\_roditeli/0-6](http://instruktor.ucoz.pl/index/dlja_vas_roditeli/0-6)
3. Спортивные игры для детей: польза, влияние, по возрастам - <https://kukuriku.ru/razvitie/fizicheskoe/sport-i-rebenok/sportivnye-igry/>

**Календарно-тематическое планирование**  
**Образовательная область «Спортивные игры»**

<b>№ п/п</b>	<b>Дата (план)</b>	<b>Дата (факт)</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Форма/тип занятия</b>	<b>Место проведения</b>	<b>Форма контроля</b>
1	5.09.23		ТБ на занятиях спортивными играми. Вводное занятие. Знакомство с группой.	1	Беседа с элементами игры/Комбинирование	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, опрос
2	12.09.23		Строевые упражнения. Подвижные игры «Вслед за мячом». «Вертушка», «Перетягивание в парах»	1	Контрольное упражнение	Спортивный зал	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
3	19.09.23		Разучивание передачи верхней и нижней. Игры «Эстафета у стены», «Удочка» Основатель игры. Родина спортивных игр	1	Контрольное упражнение	Спортивный зал	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
4	26.09.23		Имитация передач в парах Подвижные игры «Салки», «Перестрелка»	1	Контрольное упражнение	Спортивный зал	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
5	3.10.23		Прыжок в длину с места. Бег 30м. Подтягивание (вис). Пресс. Сведения о строении и функциях организма	1	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы	Спортивный зал	Контрольное упражнение

			человека				
6	10.10.23		Разучивание нижней прямой подачи. Игра «Бег командами», «Разведчики и часовые»	1	Контрольное упражнение	Спортивный зал	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
7	17.10.23		Подвижные игры с элементами волейбола. «Два лагеря», «Попади в мяч»	1	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы	Спортивный зал	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
8	24.10.23		Игры для развития ловкости Два мяча через сетку», «Салки»	1	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы	Спортивный зал	
9	31.10.23		Совершенствование навыков выполнения строевых упражнений, ОРУ для мышц рук, плечевого пояса.	1	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы	Спортивный зал	Контрольное упражнение
10	7.11.23		Совершенствование приема сверху двумя руками Прием мяча после отскока мяча от щита, от стены (расстояние 1-2 м).	1	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы	Спортивный зал	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
11	14.11.23		Прием мяча сверху двумя руками с выпадом в сторону. Игра волейбол. Правила игры	1	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы	Спортивный зал	Контрольное упражнение
12	21.11.23		Совершенствование стоек, перемещений волейболиста. «Охотники и утки», «Борьба	1	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы	Спортивный зал	тестирование на умение выполнять пройденные

			за мяч»				технические приёмы
13	28.11.23		Подводящие упражнения для приема и передач, подач.	1	Контрольное упражнение	Спортивный зал	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
14	5.12.23		Круговая тренировка на развитие силовых качеств.	1	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы	Спортивный зал	Контрольное упражнение
15	12.12.23		Бег с остановками, изменением направления	1	Контрольное упражнение	Спортивный зал	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
16	19.12.23		Правила игры. Размеры площадки и высота сетки. Взаимодействие игроков на площадке.	1	Контрольное упражнение	Спортивный зал	Контрольное упражнение
17	26.12.23		Кувырок вперед, назад, в сторону. Развитие гибкости.	1	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы	Спортивный зал	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
18	9.01.24		Передачи мяча сверху двумя руками, над собой. Подачи мяча: нижняя прямая	1	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы	Спортивный зал	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
19	16.01.24		Передачи мяча сверху двумя руками, над собой – на месте и после перемещения нападения	1	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы	Спортивный зал	Контрольное упражнение

			различными способами.				
20	23.01.24		Прием сверху нижней прямой подачи. Прием снизу.	1	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы	Спортивный зал	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
21	30.01.24		Выбор места на приеме подачи, при приеме мяча. Гигиенические требования к инвентарю и спортивной форме.	1	Контрольное упражнение	Спортивный зал	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
22	6.02.24		Освоение терминологии принятой в волейболе. Овладение командным голосом. Совершенствование передач у стенки	1	Контрольное упражнение	Спортивный зал	Контрольное упражнение
23	13.02.24		Подготовительные к волейболу игры: «Эстафета у стены», «Два мяча через сетку».	1	Контрольное упражнение	Спортивный зал	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
24	20.02.24		Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача. Передачи мяча	1	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы	Спортивный зал	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
25	27.02.24		Сведения о строении и функциях организма человека. Передачи в парах, нападающий удар, подача.	1	Контрольное упражнение	Спортивный зал	Контрольное упражнение

26	5.03.24		Прием подачи и первая передача в зону нападения.	1	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы	Спортивный зал	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
27	12.03.24		Подача мяча. Передачи мяча. Основы истории развития спортивных игр в России, краткие исторические сведения о возникновении игры, год рождения и возникновения игры.	1	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы	Спортивный зал	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
28	19.03.24		Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. Подвижная игра «Два капитана».	1	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы	Спортивный зал	Контрольное упражнение
29	26.03.24		Закрепление ранее изученных элементов, передачи, удары по мячу	1	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы	Спортивный зал	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
30	2.04.24		Встречная эстафета с мячом. ОРУ с отягощением. Бросок набивного мяча из положения сидя.	1	Контрольное упражнение	Спортивный зал	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
31	9.04.24		Упражнения для развития навыков быстроты ответных действий, прыгучести	1	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы	Спортивный зал	Контрольное упражнение
32	16.04.24		Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Игра «Город	1	Контрольное упражнение	Спортивный зал	тестирование на умение выполнять пройденные

			– за городом»				технические приёмы
33	23.04.24		Прием подачи и первая передача в зону нападения.	1	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы	Спортивный зал	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
34	7.05.24		Подвижные игры «Скакуны», «Мяч ловцу». Прием сверху, снизу двумя руками.	1	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы	Спортивный зал	Контрольное упражнение
35	14.05.24		Двухсторонняя учебная игра волейбол	1	Контрольное упражнение	Спортивный зал	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
36	21.05.24		Двухсторонняя учебная игра волейбол	1	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы	Спортивный зал	Контрольное упражнение
<b>Итого</b>				36			





Вводная диагностика проводится в виде Викторины.

### Викторина «Спортивные знания»

Дорогой друг!

Ответь, пожалуйста, на следующие вопросы:

1. Как называется мероприятие, где спортсмены соревнуются из разных стран?
2. Символ олимпиады из зверей – это...
3. Сколько олимпийских колец?
4. Что надевают на руки в боксе и их две?
5. Как метают молот?
6. С помощью чего мы катаемся по льду?
7. Какой промежуток времени между зимними олимпиадами?
8. Какое количество игроков в волейбольной команде?
9. Вид спорта, где надо ехать на лыжах и стрелять из винтовки, это ...
10. Прыгают ли женщины с трамплина в соревнованиях?
11. Каток заливают при температуре...
12. Что надо сделать перед тренировкой?
13. Эта игра похожа на бейсбол. Какая?

