

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Мишелевская средняя общеобразовательная школа № 19»

СОГЛАСОВАНО.
На заседании методического совета

Председатель
методического
совета школы М.Р. Белова М.Р.



УТВЕРЖДАЮ.
Директор школы

Г.Д. Вишнякова Г.Д.

Приказ № 103 от 10.06.19г.

Рабочая программа объединения дополнительного образования «Спортивные игры»

Срок реализации – 1 год
(Возраст обучающихся – 14-15 лет)

Разработана
педагогом дополнительного
образования
Томилиной Е.А.

2019 год

Оглавление

- 1. Пояснительная записка**
- 2. Планируемые результаты (оценка результатов)**
- 3. Содержание деятельности**
- 4. Тематическое планирование**
- 5. Приложение:**
 - календарно-тематическое планирование**

1. Пояснительная записка

Направленность программы: спортивно-оздоровительное;

Цель программы:

- обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником целевых установок, знаний, умений, навыков, компетенций и компетентностей, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями обучающегося среднего школьного возраста, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья;
- становление и развитие личности обучающегося в ее индивидуальности, самобытности, уникальности, неповторимости.

Задачи программы:

- обеспечение соответствия основной образовательной программы требованиям ФГОС;
- выявление и развитие способностей обучающихся с использованием возможностей образовательных организаций дополнительного образования;
- сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся, обеспечение их безопасности.

Формы организации деятельности: групповые

Виды занятий: групповые спортивные занятия, игры.

Группа/категория учащихся, для которых актуальна программа: 9 класс (девушки, юноши)

Объем программы: 34 часа

Режим занятий: 1 час в неделю девушки, 1 час - юноши

2. Планируемые результаты освоения программы

1. Личностные результаты:

-Сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни; интериоризация правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах.

-Сформированность основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, наличие опыта практической деятельности в жизненных ситуациях (готовность к занятиям туризмом).

2. Метапредметные результаты:

- оценивать свою деятельность, аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата;
- соотносить реальные и планируемые результаты индивидуальной образовательной деятельности и делать выводы;
- принимать решение в учебной ситуации и нести за него ответственность;
- определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации;
- - организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т. д.);

- характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;
- характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу российскому спорту;

3.Предметные

Выпускник научится:

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;
- раскрывать базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками
- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;
- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений)
- выполнять основные технические действия и приемы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;

. Выпускник получит возможность научиться:

- характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;
- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;
- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;
- осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;
- выполнять тестовые нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;

Оценка результата реализуемой программы будет проведена в конце учебного года в форме соревнований: игры в баскетбол, волейбол между группами.

3. Содержание программы

Тема 1. Баскетбол – 15 ч. Ведение мяча правой и левой рукой. Ведение с изменением направления, приставным шагом. Передача двумя руками из-за головы. Бросок одной в прыжке . Ловля мяча после отскока от щита. Штрафной бросок. Вырывание и выбивание мяча. Ловля мяча после отскока от щита. Индивидуальная защита Специальные упражнения и комбинации. Учебная игра в баскетбол. Подвижные игры и эстафеты.

Тема 2. Волейбол – 19 ч. Верхняя передача в парах через сетку. Верхняя передача над собой. Верхняя передача в парах через сетку Верхняя прямая подача. Одиночное блокирование. Прямой нападающий удар. Сочетание приёмов: приём, передача, нападающий удар. Учебная игра в волейбол.

4. Тематическое планирование

№	Тема	Количество часов	Вид деятельности
Баскетбол 1	Ведение мяча правой и левой рукой. Учебная игра в баскетбол	1	Тренировка, игра
2	Ведение с изменением направления, приставным шагом. Передача двумя руками из-за головы. Бросок одной в прыжке. Учебная игра в баскетбол	1	Тренировка, игра
3,4	3 Ловля мяча после отскока от щита. Штрафной бросок. Вырывание и выбивание мяча. Учебная игра в баскетбол.	2	Тренировка, игра
5	Ведение с обводкой. Бросок одной рукой от головы в прыжке. Зонная защита	1	Тренировка, игра
6	Ведение с обводкой. Бросок одной рукой от головы в прыжке. Зонная защита	1	Тренировка, игра
7,8	Передача мяча с отскоком от пола. Индивидуальная защита. Учебная игра в баскетбол.	2	Тренировка, игра
9,10	Броски после ведения с двух шагов. Прессинг. Учебная игра в баскетбол	2	Тренировка, игра
11,12	Специальные упражнения и комбинации. Подвижные игры и эстафеты.	2	Тренировка, игра
13	Ведение с разной высотой отскока. Позиционное нападение. Учебная игра в баскетбол	1	Тренировка, игра
14	Совершенствование бросков с места, после ведения. Нападение быстрым прорывом.	1	Тренировка, игра
15	Круговая тренировка(5-6 станций). Сдача контрольных нормативов. Учебная игра в баскетбол	1	Тренировка, игра
		15	
16,17	Верхняя передача в парах через сетку. Верхняя прямая подача. Учебная игра в волейбол	2	Тренировка, игра
18,20	Верхняя передача над собой. Верхняя передача в парах через сетку. Учебная игра в волейбол	2	Тренировка, игра
Волейбол 19	Верхняя передача в парах через сетку. Одиночное блокирование.	1	Тренировка, игра

	Учебная игра в волейбол.		
21,23	Стойка и передвижения игроков. Верхняя передача мяча в парах, тройках. Учебная игра.	2	Тренировка, игра
22	Верхняя прямая подача и нижний приём мяча. Прямой нападающий удар. Учебная игра	1	Тренировка, игра
24	Прямой нападающий удар в тройках. Индивидуальное блокирование. Учебная игра	1	Тренировка, игра
25	Сочетание приёмов: приём, передача, нападающий удар. Учебная игра.	1	Тренировка, игра
26,27	Верхняя прямая подача. Индивидуальное блокирование. Учебная игра.	2	Тренировка, игра
28,30	Прямой нападающий удар из зоны3. Индивидуальное блокирование и страховка блокирующих. Учебная игра.	2	Тренировка, игра
29	Верхняя прямая подача и нижний приём мяча. Позиционное нападение со сменой мест. Учебная игра.	1	Тренировка, игра
31,34	Индивидуальное и групповое блокирование. Учебная игра.	2	Тренировка, игра
30	Индивидуальное и групповое блокирование. Учебная игра.	1	Тренировка, игра
32	Позиционное нападение со сменой мест. Учебная игра	1	Тренировка, игра
33	Сдача контрольных нормативов. Учебная игра	1	Тренировка, игра
		19	
ИТОГО		34	

5.Приложение
календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	дата
Баскетбол – 15 ч. 1.	1.1 Правила по предупреждению травматизма на занятиях баскетболом. Ведение мяча правой и левой рукой. Учебная игра в баскетбол		
	1.2 Ведение с изменением направления, приставным шагом. Передача двумя руками из-за головы. Бросок одной в прыжке. Учебная игра в баскетбол		
	1.3 игра Ловля мяча после отскока от щита. Штрафной бросок. Вырывание и выбивание мяча. Учебная в баскетбол.		
	1.4 Ловля мяча после отскока от щита. Штрафной бросок. Вырывание и выбивание мяча. Учебная игра в баскетбол		
	1.5 Ведение с обводкой. Бросок одной рукой от головы в прыжке. Зонная защита		
	1.6 Ловля высоко летящих мячей в прыжке. Зонная защита. Учебная игра в баскетбол.		
	1.7 Передача мяча с отскоком от пола. Индивидуальная защита. Учебная игра в баскетбол.		
	1.8 Передача одной рукой из-за спины. Индивидуальная защита. Учебная игра в баскетбол		
	1.9 Броски после ведения с двух шагов. Прессинг. Учебная игра в баскетбол.		
	1.10 Броски в движении после передачи. Прессинг. Учебная игра в баскетбол.		
	1.11 Специальные упражнения и комбинации. Подвижные игры и эстафеты.		
	1.12 Специальные упражнения и комбинации. Подвижные игры и эстафеты. Учебная игра в баскетбол.		
	1.13 Ведение с разной высотой отскока. Позиционное нападение. Учебная игра в баскетбол		
	1.14 Совершенствование бросков с места, после ведения. Нападение быстрым прорывом.		
	1.15 Круговая тренировка(5-6 станций). Сдача контрольных нормативов. Учебная игра в баскетбол		
Волейбол – 19 ч.	1.16 Техника безопасности на занятиях волейболом. Верхняя передача в парах через		

	сетку. Верхняя прямая подача. Учебная игра в волейбол		
	1.17 Верхняя передача над собой. Верхняя передача в парах через сетку. Учебная игра в волейбол		
	1.18 Приём мяча двумя руками снизу над собой. Верхняя прямая подача. Одиночное блокирование. Учебная игра в волейбол		
	1.19 Верхняя передача в парах через сетку. Одиночное блокирование. Учебная игра в волейбол.		
	1.20 Приём мяча двумя руками снизу после подачи. Прямой нападающий удар. Учебная игра.		
	1.21 Стойка и передвижения игроков. Верхняя передача мяча в парах, тройках. Учебная игра.		
	1.22 Верхняя прямая подача и нижний приём мяча. Прямой нападающий удар. Учебная игра.		
	1.23 Стойка и передвижения игроков. Верхняя передача мяча в парах, тройках. Учебная игра.		
	1.24 Прямой нападающий удар в тройках. Индивидуальное блокирование. Учебная игра.		
	1.25 Сочетание приёмов: приём, передача, нападающий удар. Учебная игра.		
	1. 26 Верхняя прямая подача. Индивидуальное блокирование. Учебная игра.		
	1.27 Верхняя прямая подача и нижний приём мяча. Учебная игра.		
	1 28 Прямой нападающий удар из зоны3. Индивидуальное блокирование и страховка блокирующих. Учебная игра.		
	1. 29 Верхняя прямая подача и нижний приём мяча. Позиционное нападение со сменой мест. Учебная игра.		
	1.30 Прямой нападающий удар из зоны3. Позиционное нападение со сменой мест. Учебная игра		
	1.31 Индивидуальное и групповое блокирование. Учебная игра.		
	1. 32 Позиционное нападение со сменой мест. Учебная игра		
	1.33 Сдача контрольных нормативов. Учебная игра		
	1.34 Индивидуальное и групповое блокирование. Позиционное нападение со сменой мест. Учебная игра		