

ГКОУ «Красноярская школа – интернат»

ПРИНЯТА
на заседании педагогического
совета от 30.08.2023
Протокол № 122

УТВЕРЖДЕНО
приказом ГКОУ «Красноярская
школа-интернат»
от 30.08.2023 № 135

Директор:

Н.В.Жерновников



Адаптированная дополнительная
общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Спортивные игры»

Возраст обучающихся - 8-16 лет
Срок реализации – с 01.09.23 по 14.06.24

Автор-составитель:
Каунов Владимир Сергеевич,
педагог дополнительного
образования

р.п. Красный Яр
2023

Содержание

Раздел № 1. «Комплекс основных характеристик программы»	
1.1. Пояснительная записка	3-7
1.2. Цель и задачи программы	7-9
1.3. Учебный план	10
1.4. Содержание программы	11-15
1.5. Планируемые результаты	15-16
Раздел № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»	
2.1. Календарный учебный график на 2022-2023 учебный год	17
2.2. Условия реализации программы	17
2.3. Форма аттестации	18
2.4. Оценочные материалы	19-20
2.5. Методические материалы	20-21
2.6. Список литературы	22
Приложения:	
<i>Приложение 1 «Требования техники безопасности на занятиях творческого объединения «Спортивные игры».</i>	
<i>Приложение 2 «Технология оценки уровня обученности по методике В.П. Симонова».</i>	
<i>Приложение 3 «Итоговые результаты освоения программы».</i>	
<i>Приложение 4 «Тест «Отношение к здоровому образу жизни»</i>	
<i>Приложение 5 «Нормативные требования к оценке показателей развития физических качеств и двигательной способности».</i>	
<i>Приложение 6 «Спортивная викторина для школьников «О, спорт, ты — мир!».</i>	
<i>Приложение 7 «Контрольные вопросы».</i>	

Раздел №1. «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

Направленность адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Спортивные игры» - физкультурно – спортивная, поскольку она предназначена для укрепления здоровья и удовлетворения индивидуальных потребностей, учащихся в занятиях физической культурой и спортом, социализации и адаптации, обучающихся к жизни в обществе.

Актуальность программы заключается в том, что на современном этапе развития общества она отвечает запросам детей и родителей: формирует навыки здорового образа жизни, морально-волевые качества и систему ценностей с приоритетом жизни, и здоровья, восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у учащихся в связи с высокой учебной нагрузкой, неся оздоровительный эффект.

Педагогическая целесообразность программы состоит в создании особой образовательной среды для развития морально-волевых качеств и самостоятельного проявления спортивного потенциала обучающихся, что может способствовать не только их приобщению к регулярным занятиям физкультурой и спортом, приобретению практических навыков по спортивным играм, а также раскрытию лучших человеческих качеств, через применение современных методов обучения и образовательных технологий: игровой и соревновательный методы, личностно-ориентированного, дифференцированного и разноуровневого обучения.

Отличительные особенности программы от уже существующих программ

- вариативность содержания, наличие авторских разработок в части подбора и составлении комплексов общеразвивающих и специальных упражнений в виде контрольных испытаний (тестов), что позволяет определить уровень физической и специальной подготовленности учащихся;

- адаптация учебного материала к определенной группе учащихся от 8 до 16 лет;
- широкое изучение, закрепление, совершенствование полученных двигательных навыков, полученных в школе и расширенное освоение;
- ориентация на создание у учащихся представления о спортивных играх (пионербол, гандбол), направленных на развитие физических качеств и укрепления здоровья.

Адресат программы: обучающиеся ГКОУ «Красноярской школы-интернат» 2–9 классов, возраста от 8 до 16 лет, желающие заниматься спортивными играми, нацеленные на здоровый образ жизни. Набор учащихся свободный, принимаются все желающие на бесплатной основе. В секцию «Спортивных игр» принимаются учащиеся в начале учебного года при отсутствии ограничений по состоянию здоровья. При наличии организационно-педагогических условий возможен добор учащихся в группу в течение учебного года.

Содержание программы разработано с учетом возрастно-психологических характеристик умственно отсталых учащихся.

Младший школьный возраст (8-10 лет)

Младший школьный возраст охватывает период жизни от 7 до 11 лет. Это, тот период, когда проходит обучение в начальной школе, и определяется важнейшим моментом в жизни ребенка - его поступлением в школу. Этот возраст считается самым ответственным и сложным для детей.

Главное данной темы заключается в том, что этот период - самый необыкновенный в их жизни, который выделился из истории совсем недавно.

Средний школьный возраст(11-14 лет) – переход от детства к юности, период «полурёбенка - полувзрослого». Вся работа педагога строится с учетом того, что мировоззрение, нравственные идеалы, система оценочных суждений, моральные принципы, которыми учащийся руководствуется в своем поведении, еще не приобрели устойчивость, их легко разрушают мнения товарищей, противоречия жизни. Трудности подросткового периода, характеризуются

эмоциональной неустойчивостью, не совершенностью, сниженной работоспособностью и быстрой утомляемостью. Считается, что это самый мятущийся, самый критический, самый неуравновешенный возраст.

Старший школьный возраст (15-16 лет)

Старший школьный возраст – это возраст ранней юности, один из самых сложных и наиболее важных и ответственных в плане формирования личности периодов. В возрастной психологии **возраст старшего школьника 15-17 лет** принято относить к ранней юности. Конкретное содержание юности как этапа развития личности определяется в первую очередь социальными условиями.

Количество обучающихся в группах: от 7 до 12 человек.

Уровень программы, объем и сроки реализации программы.

Данная программа рассчитана на 1 год обучения, с общим объёмом 144 часа. Программа реализуется в реестре бюджетных программ системы ПФДО в течение 10 месяцев (с сентября по июнь).

Уровень программы – базовый.

Форма обучения – очно-заочная, с применением дистанционных образовательных технологий. В очной форме обучения программа реализуется с учащимися объединения «Спортивные игры» на базе спортивного зала ГКОУ «Красноярская школа-интернат». Занятия с применением дистанционных образовательных технологий проводятся на платформе: Сферум.

Режим занятий: 4 раза в неделю по 1 часу (40 недель, 144 часа). Продолжительность одного занятия – 45 минут (1 академический час) в соответствии с СанПиНом 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

Особенности организации образовательного процесса.

Виды занятий: беседа, практическое занятие, игра, интегрированное занятие, соревнование. Учебные занятия по данной программе состоят из теоретических и практических занятий. Причем большее количество часов отводится практике. Теоретические занятия могут проводиться самостоятельно

и в комплексе с практическими занятиями. При проведении теоретических занятий целесообразно отдельные положения теории подкреплять примерами из практики.

Практические занятия подразделяются на учебные, учебно-тренировочные, тренировочные и контрольные (соревнования).

Виды занятий с применением дистанционных образовательных технологий: видео уроки, мастер-классы, консультации.

Учебные занятия проводятся как в группе, так и индивидуально или всем составом объединения, в зависимости от поставленных задач в учебно-тематическом плане, особенно в процессе подготовки к соревнованиям.

Состав группы: постоянный, разновозрастной.

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы - обеспечение индивидуальных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, выявление, развитие и поддержка талантливых учащихся через систему занятий спортивными играми.

Задачи программы:

Образовательные (предметные) задачи:

- познакомить учащихся с историей спортивных игр (баскетбол, гандбол);
- познакомить с влиянием физических упражнений на организм учащихся;
- познакомить с правилами техники безопасности на занятиях спортивными играми;
- познакомить с правилами игры в пионербол, гандбол;
- создать представление о подвижных играх с элементами пионербол /гандбола;
- научить владению основами техники и тактики и правильно применять их в спортивной игре (пионербол, гандбол);
- развить специальные физические способности: быстроту, прыгучесть, выносливость, ловкость;
- научить выполнять контрольные упражнения по общей и специальной физической подготовке.

Личностные задачи:

- формировать навыки здорового образа жизни;
- формировать основы российской гражданской идентичности, чувства гордости за достижения в мировом и отечественном спорте.
- развивать нравственные качества: целеустремленность, дисциплинированность;
- прививать культуру общения и основы спортивной этики.

Метапредметные задачи:

- сформировать устойчивый интерес к занятиям спортивными играми;
- сформировать умение взаимодействовать в детском коллективе (команде).

1.3. Содержание программы

Учебный план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение в образовательную программу.	3	3	-	
1.1.	Физическая культура и спорт в России	1	1	-	Опрос
1.2.	Правила поведения в спортивном зале	1	1	-	Тестирование
1.3.	Меры предупреждения спортивного травматизма	1	1	-	Опрос
2.	Общеразвивающие упражнения.	34	-	34	
2.1.	Упражнения со скакалкой.	10	-	10	Практ. задание
2.2.	Упражнения с обручем.	12	-	12	Практ. задание
2.3.	Упражнения с мячом.	12	-	12	Практ. задание
3.	Спортивно-подвижные игры	32	2	30	
3.1.	Меры предупреждение спортивного травматизма.	1	1	-	Опрос
3.2.	Правила спортивных игр.	1	1	-	Опрос
3.3.	Мини футбол.	10	-	10	Практ. задание
3.4.	Мини баскетбол.			10	Практ. задание
3.5.	Мини пионербол.			10	Практ. задание
4.	Подвижные игры.	38	2	36	
4.1.	Предупреждение травматизма.	1	1	-	Опрос
4.2.	Правила подвижных игр.	1	1	-	Опрос
4.3.	Игры народов мира.	12	-	12	Практ. задание
4.4.	Игры с мячом.	12	-	12	Практ. задание
4.5.	Игры с обручем.	12	-	12	Практ. задание
5.	Спортивные эстафеты.	17	1	16	
5.1.	Правила спортивных эстафет.	1	1	-	Опрос
5.2.	Спортивные эстафеты.	16	-	16	Практ. задание
6.	Соревнования.	6	-	6	Турнир, соревнование
7.	Летние дворовые игры.	10	2	8	
7.1.	Игры малой подвижности.	2	1	1	Тест, практ. задание
7.2.	Подвижные игры с элементами легкоатлетических упражнений.	2	-	2	Практ. задание
7.3.	Игры с элементами гимнастики, акробатики.	2	-	2	Практ. задание
7.4.	Подвижные игры с элементами спортивных игр.	2	1	1	Тест, практ. задание
7.5.	Игры – эстафеты.	2	-	2	Практ. задание
8.	Промежуточная аттестация.	4	-	4	Итоговое занятие.
	ИТОГО:	144	10	134	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Введение в образовательную программу. (3 часа)

Тема 1.1. Физическая культура и спорт в России. (1ч.)

Теория. Понятия о физической культуре и спорте, как средство укрепления здоровья и подготовки к трудовой деятельности. Сведения о пользе физических упражнений и спорта для укрепления здоровья. Формирования правильной осанки детей дошкольного возраста.

Формы контроля: опрос.

Тема 1.2. Правила поведения в спортивном зале. (1ч.)

Теория. Организация занимающихся при входе, выходе из зала и во время занятий. Правила пользования спортивным инвентарём. Установка снарядов и меры предосторожности при пользовании ими.

Основные меры предупреждения травм.

Формы контроля: опрос.

Тема 1.3. Меры предупреждения спортивного травматизма. (1ч.)

Теория. Соблюдение правил организации занятий поведения в спортивном зале. Воспитание дисциплины и взаимопомощи в процессе обучения физическим упражнениям. Виды помощи при выполнении физических упражнений. Удобная обувь, спортивная одежда.

Формы контроля: опрос.

Раздел 2. Общеразвивающие упражнения. (34 часа)

Практика. Строевые упражнения. Стойка «смирно» и «вольно»; повороты направо, налево, кругом. Построение и перестроение: построение в одну шеренгу «по линии», в круг в колонну по одному, два, три и четыре.

Размыкание и смыкание приставными шагами. Ходьба и бег; ходьба на носках, с крестным и приставным шагом, в полуприсяду, выпадами. Бег обычным шагом, на носках. Разнообразные прыжки. Общеразвивающие упражнения со скакалкой, с мячом, с обручем и т.д.

Формы контроля: практические задания.

Тема 2.1. Упражнения со скакалкой. (10 ч.)

Практика. Обучения вращения одной рукой, обучения двумя руками. Прыжки через скакалку. Прыжки в высоту через скакалку, прыжки на скакалке.

Формы контроля: практическое задания.

Тема 2.2. Упражнение с обручем. (12ч.)

Практика - 12 часов. Вращения обруча на одной руке, вращения на поясе, подбрасывание и ловля обруча.

Формы контроля: практическое задания.

Тема 2.3. Упражнения с мячом. (12ч.)

Практика. Развивает координацию, быстроту, реакцию. Подбрасывать и ловить мяч вверх, стоя, лежа на спине, лёжа на животе, сидя на пятках. Обводить мячом. Правильно ударять мячом в одну точку.

Формы контроля: практическое задания.

Раздел 3. Спортивно-подвижные игры. (32 часа)

Тема 3.1. Меры предупреждения спортивного травматизма (1 ч.)

Теория. Запрещается проведение спортивных занятий без педагога. Врачебный допуск для занятий. Удобная спортивная одежда. Правильный показ упражнений и тщательный инструктаж занимающегося.

Формы контроля: опрос.

Тема 3.2. Правила спортивных игр. (ч)

Теория. Иметь представления об основных элементах технике спортивных игр и спортивных упражнений, правилах спортивных состязаний, видах спортивного инвентаря.

Формы контроля: опрос.

Тема 3.3. Мини футбол. (10 ч)

Практика. Техника ведения мяча: обучение и совершенствование некоторых способов ведения мяча. Удары правой и левой ногой по неподвижному, катящемуся и летящему мячу с различными направлениями. Остановка мяча различными способами, забивания мяча в ворота.

Формы контроля: практическое задания.

Тема 3.4. Мини баскетбол. (10ч)

Практика. Перебрасывания мяча друг другу, попадания в кольцо, ведения мяча левой и правой рукой. Подбрасывания мяча в верх с хлопком, с поворотом.

Формы контроля: практическое задания.

Тема 3.5. Мини пионербол. (10ч)

Практика. Перебрасывать через сетку. Работа в парах, ловля мяча на прижимая к груди, броски мяча на дальность.

Формы контроля: практическое задания.

Раздел 4. Подвижные игры. (38 часов)

Тема 4.1. Предупреждение травматизма. (1ч)

Теория. Овладение технически правильными приемами игры. Контроль за состоянием площадок и полей, оборудованием и инвентарем, используемым на занятиях. Тщательная подготовка одежды и обуви. Использование предусмотренных правилами защитных приспособлений. Проведение воспитательной работы с детьми по предупреждению нарушений дисциплины.

Формы контроля: опрос.

Тема 4.2. Правила подвижных игр. (1ч)

Теория. Объяснения правил подвижных игр.

Формы контроля: опрос.

Тема 4.3. Игры народов мира. (12ч)

Практика. Игры с различным инвентарём: «Джамайка» - Куба, «Потяг» - Белоруссия, «Пожарная команда» - Германия.

Формы контроля: практическое задания.

Тема 4.4. Игры с мячом. (12ч)

Практика. Интереснее игру делают специальные названия для бросков: «Пуля», «Свечка», «Картошка», «Бомба», «Охотники и утки», игры на внимания и др.

Формы контроля: практическое задания.

Тема 4.5. Игры с обручами. (12 ч.)

Практика. Игры с обручами: «Каждому свой домик», «Цветные домики», «Перекасти обруч», «Бездомный заяц».

Формы контроля: практическое задания.

Раздел 5. Спортивные эстафеты. (17 часов)

Теория- 1 час. Объяснения правил спортивных эстафет.

Практика -16 часов. Эстафеты с мячами, с обручами, скакалками, с предметами, преодоление препятствий на время. Работа в парах, как индивидуальное, так в командах, шуточная эстафета с шарами, шуточная олимпиада, эстафета по сказкам. Игра - поймай мяч. Игры типа эстафеты с бегом: метание, переноска предметов, преодоление препятствий. Эстафета с элементами специальной физической подготовкой. Игра «Регби», «Мини футбол».

Формы контроля: опрос, практическое задания.

Раздел 6. Соревнования. (6 часов)

Практика. Спортивные эстафеты, мини соревнования по футболу, баскетболу, «Сказочные эстафеты», «Шуточная олимпиада по видам спорта», эстафета «Дружная семейка» и т.д.

Формы контроля: практическое задания.

Раздел 7. Летние дворовые игры. (10 часов)

Тема 7.1. Игры малой подвижности.

Теория -1 час. Инструктаж по технике поведения и правилам безопасности на занятиях подвижными играми.

Практика- 1 час. Игры: «Что изменилось?» «Как говорят части тела?».

Формы контроля: опрос, практическое задания.

Тема 7.2. Подвижные игры с элементами легкоатлетических упражнений. (2 часа).

Практика. Игры: «Ловкие ребята», «Горелки», «Перебежки», «Челночок», «Прерванные пятнашки», «С кочки на кочку», «Кто самый прыгучий?» «Допрыгни до мяча», «Край на край», «Лапта», «Ноги от земли», «Бегуны и метатели».

Формы контроля: практическое задания.

Тема 7.3. Подвижные игры с элементами гимнастики, акробатики. (2 часа)

Практика. Игры: «Построимся», «Быстро по местам», «Фигуры», «Выставочный зал», «Делай наоборот», «Прыгуны и ползуны», «Мостик и кошка».

Формы контроля: практическое задания.

Тема 7.4. Подвижные игры с элементами спортивных игр (2 часа).

Теория- 1 час. Способы владения в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.

Практика- 1 час. Ловля, передача, броски, ведение мяча индивидуально, в парах, стоя на месте и в шаге. Ведение мяча с изменением направления и скорости. «Поймай мяч», «Увертывайся от мяча», «Лови - не лови», «Догони мяч», «Передал – садись».

Формы контроля: опрос, практическое задания.

Тема 7.5. Игры-эстафеты. (2 часа)

Практика. Эстафеты с мячом. Эстафеты с набором предметов. Эстафеты без предметов. Эстафета с обручами. Эстафета со скакалкой. Эстафета с шайбой. Посадка картошки. Эстафета с преодолением препятствий. Рак пятится назад. Эстафета чехардой.

Формы контроля: практическое задания.

Раздел 8. Промежуточная аттестация. (4 часа)

Практика. Промежуточная аттестация учащихся проводится два раза в год: в конце первого полугодия (декабрь) и в конце учебного года (май) в форме итогового занятия. **Формы контроля:** итоговое занятие.

1.4. Планируемые результаты

Результаты обучения.

Учащиеся будут знать:

- историю спортивных игр (пионербол, гандбол);
- о влиянии физических упражнений на организм учащихся;
- правила техники безопасности на занятиях спортивными играми;
- правила игры в пионербол, гандбол;
- о подвижных играх с элементами пионербол/гандбола.

Учащиеся будут уметь:

- выполнять технические и тактические приемы игры и правильно применять их в спортивной игре (пионербол, гандбол);
- выполнять упражнения на быстроту, прыгучесть, выносливость, ловкость;

- выполнять контрольные упражнения по общей и специальной физической подготовке;

- принимать участие в спортивных соревнованиях по видам спорта на уровне школьного, районного, областного масштабов.

Личностные результаты. Учащиеся будут проявлять:

- навыки здорового образа жизни;
- основы российской гражданской идентичности, чувства гордости за достижения в мировом и отечественном спорте.

- нравственные качества: целеустремленность, дисциплинированность;

- культуру общения и основы спортивной этики.

Метапредметные результаты. У учащихся будут сформированы:

- устойчивый интерес к занятиям спортивными играми;

- умение взаимодействовать в детском коллективе (команде).

Раздел №2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарный учебный график на 2023-2024 учебный год.

Дополнительная общеразвивающая программа

«Спортивные игры» для детей 8-16 лет

Год обучения/ № группы	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки контр. процедур	Продолжительность каникул
1 год группа № 1	01.09.2023	14.06.2023	36 12	36 12	144 12	4 раза в неделю по 1 часу	18-22.12.2023г. 10-14.06.2024г.	01-8.01.2024
1 год группа № 2	01.09.2023	14.06.2023	36 12	36 12	144 12	4 раз в неделю по 1 часу	18-22.12.2023г. 10-14.06.2024г.	01-8.01.2024
1 год группа № 3	01.09.2023	14.06.2023	36 12	36 12	144 12	4 раза в неделю по 1 часу	18-22.12.2023г. 10-14.06.2024г.	01-8.01.2024

2.2. Условия реализации программы

2.2.1. Материально-техническое обеспечение:

Для успешной реализации данной программы необходим ряд условий.

- спортивный зал размером 26x12 ;
- музыкальный центр 1 шт;
- диски и электронные носители 1- флешка
- спортивные маты - 2шт.;
- массажные мячи – 2 шт.;
- баскетбольные мячи – 6 шт.;
- резиновые мячи – 4 шт.;
- кубики - 0 шт.;
- гантели – 2 шт. и какой вес 8 кг
- скакалки – 10 шт.;
- обручи – 8 шт.

2.2.2. Информационное обеспечение.

Использование интернет ресурса; работа с сайтом образовательной

организации (фото и видео материалы и прочее), учебная литература, учебные видеофильмы, журналы и справочники.

2.2.3. Кадровое обеспечение.

В реализации данной программы работает - Каунов Владимир Сергеевич, педагог дополнительного образования, Кандидат в Мастера спорта России по боксу. Имеет высшее педагогическое образование. В 2018 году окончил Волгоградскую академию физической культуры (специалист по тренировке в ИВС).

Категория – педагог дополнительного образования.

2.3. Формы аттестации

Входной контроль

Входная диагностика. Проводится в начале учебного года с целью выявления первоначального уровня знаний и умений, возможностей учащихся в форме опроса, тестирования.

Текущий контроль

Текущий контроль – оценка уровня и качества освоения тем/разделов программы и личностных качеств, обучающихся; осуществляется на занятиях в течение учебного года. Текущий контроль проводится в форме контрольные нормативы, педагогическое наблюдение, тестирование, практическое задание.

Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация - предусмотрена по окончанию полугодия с целью выявления уровня освоения программы обучающимися и корректировки процесса обучения. Проводится в форме сдачи контрольных нормативов, итоговых занятий, судейской практики.

Аттестация по итогам освоения программы

Итоговый контроль – это оценка и уровень качества освоения обучающимися программы по завершению обучения. Проводится в форме итоговых занятий, соревнований, сдачи контрольных нормативов, показывающих приобретенные знания и умения по программе.

2.4 Оценочные материалы

Для оценки предметных результатов:

- Контрольные вопросы и авторские тесты по теоретическим и практическим разделам программы (*Приложения 5, 6, 7*).

- Контрольные нормативы (*Приложение 5*).

Мониторинг результатов освоения образовательной программы в целом, как и каждого курса в отдельности, проводится по методике В.Симонова.

По каждому параметру выставляются балл (по 10-балльной шкале), затем подсчитывается сумма баллов и среднеарифметическое значение по каждому обучающемуся и определяется индивидуальный уровень освоения образовательной программы. В конце диагностики делаются общие выводы по группе в целом по уровню освоения программы. В выводах отражается количество учащихся по каждому уровню, анализ полученных результатов (*Приложение 2*).

Уровни освоения программы:

1 – 3 балла – минимальный уровень освоения программы (информационный).

4 – 7 баллов – средний уровень освоения программы (репродуктивный).

8 – 10 баллов – максимальный уровень освоения программы (творческий).

Для оценки предметных результатов:

- «Тестирование по теме: «История развития спортивных игр в России» (*приложение 1*);

- Опрос по Разделу № 2. «Общая и специальная физическая подготовка» (*приложение 2*);

- «Контрольные нормативы по общей и специальной физической подготовке» (*приложение 3*);

- «Тестирование «Правила соревнований по спортивным играм»» (*приложение 4*);

- «Практические задания по Разделу № 3 «Основы техники и тактики игры в баскетбол» (*приложение 5*);

- «Практические задания по Разделу № 4 «Основы техники и тактики игры

в гандбол» (*приложение 6*);

- «Карта учета спортивных достижений» (*приложение 9*);

- «Информационная карта результативности освоения программы» (*приложение 10*).

Для оценки личностных результатов:

- «Лепестковая диагностика для оценивания личностных результатов»

(*приложение 7*).

Для оценки метапредметных результатов:

- «Дневник педагогических наблюдений» (*приложение 8*).

Работа с родителями:

- «Анкета опроса потребителей образовательных услуг» (*приложение 12*).

2.5 Методические материалы

Программа разработана с учётом *основных принципов*:

1. Принцип природосообразности. Педагогический процесс и воспитательные отношения строятся согласно возрастным и индивидуальным особенностям учащихся и направлен на развитие самовоспитания, самообразования, самообучения учащихся. В процессе осуществления воспитательных отношений следовать логике от «простого - к сложному», от «незнания - к знанию», от «понятого - к непонятому».

2. Принцип гуманизации воспитательных отношений и педагогического процесса. Данный принцип может быть рассмотрен как принцип социальной защиты растущего человека. Педагогический процесс и воспитательные отношения в нем строить на полном признании гражданских прав обучающегося и уважении к нему.

3. Принцип целостности педагогического процесса. Реализация принципа целостности способствует упорядочению педагогического процесса, а следующий принцип - демократизации - помогает обогатить его содержание.

4. Принцип демократизации. Сущность его состоит в предоставлении участникам педагогического процесса определенных свобод для саморазвития, саморегуляции, самоопределения.

5. Принцип культуросообразности. Педагогический процесс понимается как составная часть культуры общества и семьи, как культурно-историческую ценность, заключающую в себе прошлый опыт воспитания, образования и обучения и закладывающую их будущее.

Методы обучения спортивным играм: словесный, наглядный, практический, комбинированный, игровой.

Основным методом обучения является показ, сочетающийся с объяснением. В результате показа элемента, объяснения, идет большее восприятия данного вида спорта. Педагог показывает один или с кем-либо из учеников (для приобретения чувства партнерства).

Тактические умения демонстрируются в паре, тройках, группах и с более опытными обучающимися, в достаточной мере владеющими техникой и

тактикой. В результате показа приемов, объяснении техники и их тактического применения у занимающихся должно создаться правильное представление о выполнении данного элемента или комбинации.

Форма обучения включает в себя: Теоретические занятия, практические занятия, групповые занятия, соревнования.

Форма подведения итогов: участие в соревнованиях по спортивным играм на школьном и районном уровне.

Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке. Организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

Формы проведения занятий и виды деятельности	
Однонаправленные занятия	Посвящены только одному из компонентов подготовки игрока: техники, тактики или общефизической подготовке.
Комбинированные занятия	Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.
Целостно-игровые занятия	Построены на учебной двухсторонней игре по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.
Контрольные занятия	Прием нормативов у занимающихся, выполнению контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся.

Педагогическими технологиями в данной программе являются: технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология дифференцированного обучения, здоровьесберегающие технологии в игровых видах спорта.

Алгоритм учебного занятия: схема построения учебных занятий включает в себя подготовительную, основную и заключительную части. На основную часть отводится – 40 минут. Основная часть занятия содержит в себе начальную подготовку и разучивание основ техники и тактики игр. Вводная часть (построение, приветствие, задачи занятия); подготовительная часть (общеразвивающие упражнения в ходьбе и беге, упражнения на месте, специальные упражнения для данного вида спорта); основная часть (освоение, закрепление, совершенствование приемов из вида спорта, спортивные игры);

заключительная часть (восстановительные упражнения, подведение итогов занятия).

Методы воспитания в спортивных играх: убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация.

2.6. Список литературы

Для педагога:

Основная литература:

1. Бегидова Т. П. Теория и организация адаптивной физической культуры. М.: Юрайт, 2019. 192 с.
2. Бурухин С. Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика. М.: Юрайт, 2019. 174 с.
3. Виленский М. Я., Горшков А. Г. Физическая культура. Учебник. М.: КноРус, 2020. 216 с.
4. Германов Г. Н., Корольков А. Н., Сабирова И. А. Теория и история физической культуры и спорта. Учебное пособие для СПО. В 3-х томах. Том 1. Игры олимпиад. М.: Юрайт, 2019. 794 с.
5. Зайцев А. А., Зайцева В. Ф., Луценко С. Я. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка. М.: Юрайт, 2020. 227 с.
6. Качанов Л. Н., Шапекова Н., Марчибаева У. Лечебная физическая культура и массаж. Учебник. М.: Фолиант, 2018. 272 с.
7. Кузнецов В. С., Колодницкий Г. А. Теория и история физической культуры. М.: КноРус, 2020. 448 с.
8. Кузнецов В. С., Колодницкий Г. А. Физическая культура. Учебник. М.: КноРус, 2020. 256 с.

Дополнительная литература:

1. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред. Кикотия В.Я., Барчукова И.С.. - М.: Юнити, 2017. - 288 с.
2. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред. В.Я. Кикотия, И.С. Барчукова. - М.: Юнити, 2016. - 431 с.
3. Баженова, Е.А. Английский язык для направления "Физическая культура" / Е.А. Баженова. - М.: Academia, 2018. - 192 с.
4. Бароненко, В.А. Здоровье и физическая культура студента: Учебное пособие / В.А. Бароненко, Л. А. Рапопорт. - М.: Альфа-М, 2017. - 352 с.
5. Барчуков, И.С. Физическая культура / И.С. Барчуков. - М.: Academia, 2017. - 304 с.
6. Барчуков, И.С. Физическая культура / И.С. Барчуков. - М.: Academia, 2017. -

416 с.

7. Барчуков, И.С. Физическая культура: методики практического обучения (для бакалавров) / И.С. Барчуков. - М.: КноРус, 2018. - 62 с.

Для детей:

1. Нищева, Н. В. Новые логопедические распевки, музыкальная пальчиковая гимнастика, подвижные игры (+ CD) / Н.В. Нищева, Л.Б. Гавришева. - М.: Детство-Пресс, 2017. - 176 с.

2. Патрикеев, А. Ю. Гимнастика и подвижные игры в начальной школе / А.Ю. Патрикеев. - М.: Феникс, 2014. - 95 с.

3. Патрикеев, А. Ю. Летние подвижные игры для детей / А.Ю. Патрикеев. - М.: Феникс, 2014. - 224 с.

4. Ситник, Б. А. Летние забавы. Энциклопедия подвижных игр / Б.А. Ситник. - М.: Суфлер, Феникс, 2013. - 567 с.

Для родителей:

1. Коротков И.М. Подвижные игры детей. М.: «Советская Россия», 1987.-320 с.

2. Кенеман А.В. Детские подвижные игры. М.: «Просвещение», 1988.-560 с.

3. Талага, Е. Энциклопедия физических упражнений / Е.Талага, пер. с польск. – М.: Физкультура и спорт, 1998. – 412 с., ил.

4. Энциклопедия игр и развлечений / Сост. А.В. Агарков. – СПб.: ТОО «Диамант», ООО «Золотой век», 1996.

Требования техники безопасности на занятиях творческого объединения «Спортивные игры»

- На занятия приходить в чистой спортивной форме соответствующей гигиеническим требованиям.
- Во время занятий на ногах должна быть спортивная обувь, соответствующая требованиям тренировки.
- Обязательно участвовать в разминочной части тренировки, которая способствует разогреву всего организма.
- Не отвлекаться во время занятия, быть внимательным.
- Выполнять упражнения на спортивных снарядах при разрешении педагога-тренера.
- Находиться на безопасном расстоянии от спортивных снарядов, во время тренировки.

Техника безопасности при передвижении на наземных видах транспорта: передвигаться только группой под руководством взрослого руководителя, переходить улицу только на разрешающий сигнал светофора, ожидать транспорт на остановках, входить в транспортное средство в переднюю дверь, выходить в заднюю дверь. При ожидании поезда стоять не ближе 1 метра от края платформы.

Приложение 2

Технология оценки уровня обученности по методике В.П. Симонова

<i>Десятибалльная шкала оценивания степени обученности учащихся</i>		
10-бал. шкала	Теоретические параметры оценивания	Практические параметры оценивания
1 балл Очень слабо	Присутствовал на занятиях, слушал, смотрел.	Присутствовал на занятиях, слушал, смотрел.
2 балла Слабо	Отличает какое-либо явление, действие или объект от их аналогов в ситуации, при визуальном предъявлении, но не может объяснить отличительные признаки.	Затрудняется повторить отработываемое учебное действие за педагогом
3 балла Посредственно	Запомнил большую часть учебной информации, но объяснить свойства, признаки явления не может.	Выполняет действия, допускает ошибки, но не замечает их.
4 балла удовлетворительно	Знает изученный материал, применяет его на практике, но затрудняется что-либо объяснить с помощью изученных понятий.	Выполняет учебные задания, действия не в полном объёме. Действует механически, без глубокого понимания.
5 баллов недост. хорошо	Развёрнуто объясняет, комментирует отдельные положения усвоенной теории или её раздела, аспекта.	Чётко выполняет учебные задания, действия, но слабо структурирует свою деятельность, организует свои действия.
6 баллов хорошо	Без особых затруднений отвечает на большинство вопросов по содержанию теоретических знаний, демонстрируя осознанность усвоенных понятий, признаков, стремится к самостоятельным выводам, обобщениям.	Выполняет задания, действия по образцу, проявляет навыки целенаправленноорганизованной деятельности, проявляет самостоятельность.
7 баллов очень хорошо	Четко и логично излагает теоретический материал, хорошо видит связь теоретических знаний с практикой.	Последовательно выполняет почти все учебные задания, действия. В простейших случаях применяет знания на практике, отрабатывает умения в практической деятельности.
8 баллов отлично	Демонстрирует полное понимание сути изученной теории и основных её составляющих, применяет её на практике легко, без затруднений.	Выполняет разнообразные практические задания, иногда допуская несущественные ошибки, которые сам способен исправить при незначительной (без развёрнутых объяснений) поддержке педагога.

9 баллов великолепно	Легко выполняет разнообразные творческие задания на уровне переноса, основанных на приобретенных умениях и навыках.	С оптимизмом встречает затруднения в учебной деятельности, стремится найти, различные варианты преодоления затруднений, минимально используя поддержку педагога.
10 баллов прекрасно	Способен к инициативному поведению в проблемных творческих ситуациях, выходящих за пределы требований учебной деятельности.	Оригинально, нестандартно применяет полученные знания на практике. Формируя самостоятельно новые умения на базе полученных ранее знаний и сформированных умений и навыков.

Итоговые результаты освоения программы

Название программы «Спортивные игры»

Год

обучения _____

Педагог _____

№	Фамилия ученика	Предметные результаты		Метапредметные результаты			Личностные результаты	Общий балл
		Теоретическая подготовка	Практическая подготовка	Коммуникативные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД		
1								

Выводы:

Минимальный уровень освоения программы - информационный

Средний уровень освоения программы – репродуктивный

Максимальный уровень освоения программы - творческий

Тест «Отношение к здоровому образу жизни»

1. Как вы относитесь к курению?

а -положительно б – отрицательно в – всё равно

2.Как вы относитесь к зарядке?

а – всё равно б – отрицательно в – положительно

3.Как вы относитесь к алкогольным напиткам?

а – отрицательно б – положительно в – всё равно

4. Как вы относитесь к посещению спортивных матчей мастеров?

а – положительно б- отрицательно в – всё равно

5. Какие программы ТВ предпочитаете?

а – развлекательные передачи б – спортивно-культурные передачи в – кино, сериалы

6.Какой отдых предпочитаете?

а – пассивный (поспать, полежать) б- активный (выезд на природу на лыжах, коньках и др.) в – просмотр ТВ передач, за компьютером

7. Как вы относитесь к сквернословию?

а – отрицательно б – всё равно в – всё равно

Ответы

Вопрос №	Ответ	Количество баллов
1	а	2
	б	0
	в	1
2	а	1
	б	0
	в	2
3	а	2
	б	0
	в	1
4	а	2
	б	0
	в	1
5	а	1

	б	2
	в	0
6	а	0
	б	2
	в	1
7	а	2
	б	1
	в	0

Результат:

10-14 балла – высокий. Молодец! Так держать!

5-10 балла- средний. Не плохо, но постарайся дотянуть до молодца.

0-4балла – низкий. Задумайся о последствиях. Оглянись вокруг и лучше подтянись!

Приложение 5

Нормативные требования к оценке показателей развития физических качеств и двигательной способности.

№	Упражнения	Баллы	Возраст учащихся								
			7-13 лет						14-18 лет		
			7-8	8-9	9-10	10-11	11-12	12-13	13-14	14-15	15-18
1	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа (кол-во раз)	5	20 и б.	25 и б.	30 и б.						
		4	18-19	23-24	28-29						
		3	16-17	21-22	26-27						
		2	14-15	19-20	24-25						
2	Бег 30 м, сек	5	7 и мен.	6,8 и мен.	5,7 и мен.	5,4 и мен.	5.1 и мен.	4.8 и мен.	4.5 и мен.	4.2 и мен.	4.1 и мен.
		4	7,1-7,2	6,9-7,0	5,8-6,0	5,5-5,7	5,2-5,4	4,9-5,1	4,6-4,8	4,3-4,6	4,2-4,4
		3	7,3-7,4	7,1-7,2	6,1-6,2	5,8-6,0	5,5-5,7	5,2-5,4	4,8-5,1	4,7-4,9	4,5-4,8
		2	7,5-7,6	7,3-7,4	6,3-6,4	6,1-6,2	5,8-6,0	5,5-5,7	5,2-5,4	5,0-5,3	4,9-5,1
3.	Бег 5 мин, м	5	950 и б.	1000 и б.	1150 и б.	1350 и б.	1400 и б.	1450 и б.	1550 и б.	1600 и б.	1700 и б.
		4	920-945	970-995	1100-1140	1230-1343	1300-1390	1350-1445	1400-1545	1480-1590	1590-1695
		3	900-915	950-990	1050-1090	1100-1225	1030-1295	1200-1345	1260-1390	1300-1470	1400-1580
		2	890-910	910-945	1000-1040	980-1090	1000 и м.	1050-1190	1100-1250	1150-1290	1250-1390
4	Прыжок в длину с	5	140 и б.	145 и б.	160 и б.	185 и б.	195 и б.	210 и б.	225 и б.	235 и б.	250 и б.

	места, см	4	130-138	140-144	155-159	170-184	180-194	195-209	210-224	220-234	235 - 249
		3	125-129	136-139	150-154	155-169	165-179	180-194	195-209	205-219	220-234
		2	120-124	130-134	145-149	140-154	150-164	165-179	150-194	190-204	205-229
5	Прыжок вверх с места, см	5	25 и б	32 и б	37 и б	42 и б	48 и б	55 и б	60 и б	65 и б	68 и б
		4	22-24	30-31	35-36	40-41	46-47	53-54	58-59	63-64	66-67
		3	20-21	28-29	33-34	38-39	44-45	51-52	56-57	61-62	64-65
		2	18-	26-	31-	36-	42-	49-	54-	59-	62-
			19	27	32	37	43	50	55	60	63
6	Бросок набивного мяча 2 кг двумя руками из-за головы	5	215 и б	260 и б	315 и б	360 и б	395 и б	430 и б	480 и б	520 и б	580 и б
		4	210-214	255-259	310-314	355-359	390-394	425-429	470-479	520-519	570-579
		3	205-209	250-254	305-309	350-354	385-389	420-424	465-469	505-509	565-569
		2	206-204	245-249	300-304	345-349	380-384	415-419	460-464	506-504	560-564
7	Челночный бег 3x10 м, сек	5	9.6 и м	8.8 и м	8.4 и м	7.8 и м	7.5 и м	7.3 и м	7.1 и м	6.9 и м	6.5 и м
		4	9.7-9.8	8.9-9.0	8.5-8.6	7.9-8.0	7.6-7.7	7.4-7.5	7.2-7.3	7.0-7.1	6.6-6.7
		3	9.9-10.0	9.1-9.2	8.7-8.8	8.1-8.2	7.8-7.9	7.6-7.7	7.4-7.5	7.2-7.3	6.8-6.9
		2	10.0-10.2	9.3-9.4	8.9-9.0	8.3-8.4	8.0-8.1	7.8-7.9	7.6-7.7	7.4-7.5	7.0-7.1
8	Подтягивание из виса, кол-во раз	5	-	-	6 и б	8 и б	12 и б	15 и б	17 и б	20 и б	24 и б
		4	-	-	5	7	10-11	13-14	14-16	16-19	19-23
		3	-	-	4	5-6	8-9	10-13	11-13	11-15	15-18
		2	-	-	2-3	3-4	5-7	5-9	6-10	6-10	

Приложение 6

Спортивная викторина для школьников «О, спорт, ты — мир!»

1. Что за спортивная игра, у которой мяч, сетка и две команды?
 2. При игре в теннис в нее нельзя попадать мячом.
 3. Футбольная команда состоит, из какого количества игроков?
 4. Играют ли в хоккей на роликах?
 5. В старину, надевая на ноги, их называли «скороходами». А как называют их сейчас?
 6. Ручные ускорители байдарок, каноэ и других безмоторных лодок.
 7. Начало дистанции – это «старт», а конец ее?
 8. Для этой спортивной игры обязательно нужна корзина.
 9. Есть ли на эмблеме Олимпийских игр кольцо коричневого цвета?
 10. Каким видам спорта запрещено участвовать в Олимпийских играх?
 11. Как называют молодых спортсменов?
 12. Выступают ли мужчины в синхронном плавании?
 13. Как называется площадка для бокса?
 14. Партия в теннисе.
 15. Что стремятся установить спортсмены на соревнованиях?
 16. Проходят ли соревнования по прыжкам с трамплина на лыжах летом, когда нет снега?
 17. Какие три слова составляют девиз Олимпиады?
 18. Страна, подарившая миру дзюдо.
 19. Передача мяча в спортивных играх.
 20. Сколько дней длятся зимние Олимпийские игры?
- За каждый правильный ответ викторины команда получает 1 балл.

Ответы

1. Волейбол. 2. Сетка. 3. Из 11 игроков. 4. Да. 5. Коньки. 6. Весла. 7. Финиш. 8. Для баскетбола. 9. Нет. 10. Техническим, например, автогонкам и мотогонкам. 11. Юниоры. 12. Нет. 13. Ринг. 14. Сет. 15. Рекорды. 16. Да. Вместо снега специальное покрытие. 17. Быстрее, выше, сильнее. 18. Япония. 19. Пас. 20. Десять дней.

Контрольные вопросы

Вопросы к зачету по теме Баскетбол

1. История возникновения и развития игры.
2. История развития вида спорта и его место в системе физического воспитания в России.
3. Характеристика игры и правила соревнований.
4. Классификация техники игры.
5. Основы техники нападения.
6. Основы техники защиты
7. Классификация тактики игры.
8. Индивидуальные тактические действия.
9. Групповые тактические действия.
10. Командные тактические действия.

Вопросы к зачету по теме Волейбол

1. История возникновения и развития игры в волейбол.
2. История развития волейбола и его место в системе физического воспитания в России.
3. Характеристика игры в волейбол.
4. Правила соревнований по волейболу.
5. Классификация техники игры в волейболе
6. Методика обучения технике игры в волейболе.
7. Индивидуальные тактические действия в волейболе.
8. Групповые тактические действия.
9. Командные тактические действия.
10. Методика обучения тактическим действиям.
11. Основы спортивной подготовки в волейболе.
12. Управление соревновательной деятельностью в волейболе.
13. Управление спортивной деятельностью в волейболе.

Вопросы к зачёту по теме Футбол

1. История возникновения и развития игры.
2. История развития вида спорта и его место в системе физического воспитания в России
3. Характеристика игры и правила соревнований.
4. Классификация техники игры.
5. Основы техники нападения.
6. Основы техники защиты.
7. Классификация тактики игры.
8. Индивидуальные тактические действия.
9. Групповые тактические действия.
10. Командные тактические действия.