

Государственное бюджетное образовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 464  
Пушкинского района Санкт-Петербурга

**ПРИНЯТА**

Педагогическим советом  
ГБОУ школы № 464 Пушкинского района  
Санкт-Петербурга  
Протокол № 4 от 24 ноября 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНА**

Приказом № 59 от 24 ноября 2023 г.  
Директор ГБОУ школы № 464  
Пушкинского района Санкт-Петербурга

/\_\_\_\_\_ /А.С. Теплякова

**Дополнительная общеразвивающая программа**

**«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»**

Срок освоения: 12 дней  
Возраст обучающихся: 7-14 лет

**Разработчики программы:**

Кривошеков И.Р.,  
педагог дополнительного образования  
Зорова Е.В., методист  
Карпова М.П., методист

## Пояснительная записка

**Направленность:** физкультурно-спортивная.

**Адресат:** программа предназначена для обучающихся (без учета гендерных различий) от 7 до 14 лет, при отсутствии медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой.

**Актуальность:** программа обеспечивает выполнение государственного социального заказа в рамках развития молодёжного спорта и Государственной программы Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта». Упражнения с различными мячами крайне динамичны и эмоциональны. Они способствуют всестороннему развитию ребенка, и, прежде всего, развитию таких его качеств как ловкость, сила, скорость, выносливость, координационные способности. Кроме того, игры и упражнения с мячами активно воздействуют на психическое развитие (развивают внимание, реакцию, сообразительность), физиологические процессы (усиливают кровообращение, дыхание, обмен веществ и др.), идеальны для развития командного духа. Воспитывающий характер процесса обучения двигательным действиям делает необходимым постановку и решение на занятиях задач не только по формированию двигательных навыков и развитию определенных физических качеств, но и по воспитанию интеллектуальных, морально-волевых, эстетических качеств личности обучающихся.

**Уровень освоения:** общекультурный.

**Объем и срок освоения:** программа рассчитана на 12 дней, объемом 36 часов.

**Цель:** формирование у обучающихся интереса к физической культуре через знакомство со спортивными играми.

### **Задачи**

#### **Обучающие:**

- получение представления о различных видах спортивных игр;
- приобретение тактико-технического навыка в спортивных играх: баскетбол, волейбол, футбол, настольный теннис, бадминтон;
- формирование знаний основ личной гигиены, причин травматизма при спортивных занятиях и правил его предупреждения.

#### **Развивающие:**

- развитие учебно-познавательной компетенции, выраженной в умении определять наиболее эффективные способы достижения результата, в рамках знакомства со спортивными играми;
- развитие умения находить ошибки при выполнении заданий и исправлять их.

#### **Воспитательные:**

- приобретение опыта взаимодействия с обучающимися разного возраста;
- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание волевых и нравственных качеств личности обучающихся.

### **Планируемые результаты освоения**

#### **Личностные:**

- приобретен позитивный опыт взаимодействия с обучающимися разного возраста;
- обучающийся проявляет устойчивый интерес, мотивацию к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- обучающийся дисциплинирован, проявляет упорство в достижении поставленных целей;
- обучающийся умеет управлять своими эмоциями в различных ситуациях.

**Метапредметные:**

- развита учебно-познавательная компетенция, в рамках которой обучающийся умеет определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- сформированы практические умения находить ошибки при выполнении заданий и исправлять их.

**Предметные:**

- приобретены знания о различных видах спортивных игр;
- приобретен навык тактико-технических приемов баскетбола, волейбола, футбола, настольного тенниса, бадминтона;
- приобретены знания основ личной гигиены, причин травматизма при занятиях и правил его предупреждения.

**Организационно-педагогические условия реализации**

**Язык реализации:** русский.

**Форма обучения:** очная.

**Условия приема на обучение:** на обучение принимаются все желающие, при отсутствии медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой. Наполняемость группы не менее 15 человек. Группа разновозрастная.

**Формы организации занятий:** фронтальная, коллективная.

**Формы проведения занятий:** беседы, учебные занятия с отработкой элементов спортивных игр, соревнования.

**Особенности организации образовательного процесса:**

Организация образовательного процесса определяется для различных категорий обучающихся с учетом их возрастных особенностей (группы формируются по возрасту: 7-10 лет, 11-14 лет), образовательных потребностей. В разновозрастной группе предусмотрены вариативные задания, соответствующие возрасту, индивидуальным особенностям и потребностям обучающегося.

**Материально-техническое оснащение:** практические занятия проводятся в спортивном зале. Для занятий каждому обучающемуся необходима физкультурная форма и спортивная обувь.

Наименования средств материально-технического обеспечения	кол-во
таблицы, схемы (в соответствии с программой обучения)	5
мультимедийный компьютер	1
видеофильмы	5
сетка бадминтонная	2
ракетки	15
стол для настольного тенниса	4
воланы	15
табло перекидное	1
ворота	2
мячи футбольные	15
мячи волейбольные	15
сетка волейбольная	1
мячи баскетбольные	15
скакалки	15
мячи набивные	10
медицинбол	1

**Кадровое обеспечение:** педагог дополнительного образования.

## Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие. Техника безопасности. Тактика и техника игры в бадминтон	3	1	2	Педагогическое наблюдение, самостоятельное выполнение заданий
2	Тактика и техника игры в настольный теннис	6	1	5	
3	Тактика и техника игры в волейбол	6	1	5	
4	Тактика и техника игры в баскетбол	9	1	8	
5	Тактика и техника игры в футбол	9	1	8	
6	Итоговое занятие.	3		3	Технический зачет
	ИТОГО:	36	5	31	

## Рабочая программа

### Задачи

#### **Обучающие:**

- получение представления о различных видах спортивных игр;
- приобретение тактико-технического навыка в спортивных играх: баскетбол, волейбол, футбол, настольный теннис, бадминтон;
- формирование знаний основ личной гигиены, причин травматизма при спортивных занятиях и правил его предупреждения.

#### **Развивающие:**

- развитие учебно-познавательной компетенции, выраженной в умении определять наиболее эффективные способы достижения результата, в рамках знакомства со спортивными играми;
- развитие умения находить ошибки при выполнении заданий и исправлять их.

#### **Воспитательные:**

- приобретение опыта взаимодействия с обучающимися разного возраста;
- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание волевых и нравственных качеств личности обучающихся.

### Планируемые результаты освоения

#### **Личностные:**

- приобретен позитивный опыт взаимодействия с обучающимися разного возраста;
- обучающийся проявляет устойчивый интерес, мотивацию к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- обучающийся дисциплинирован, проявляет упорство в достижении поставленных целей;
- обучающийся умеет управлять своими эмоциями в различных ситуациях.

#### **Метапредметные:**

- развита учебно-познавательная компетенция, в рамках которой обучающийся умеет определять наиболее эффективные способы достижения результата;

- сформированы практические умения находить ошибки при выполнении заданий и исправлять их.

**Предметные:**

- приобретены знания о различных видах спортивных игр;
- приобретен навык тактико-технических приемов баскетбола, волейбола, футбола, настольного тенниса, бадминтона;
- приобретены знания основ личной гигиены, причин травматизма при занятиях и правил его предупреждения.

### Содержание программы

#### **1. Вводное занятие. Тактика и техника игры в бадминтон**

*Теория:* Техника безопасности. История возникновения бадминтона. Развитие бадминтона. Правила. Жесты судей.

*Практика:* Динамическая растяжка. Прыжки на скакалке. Овладение четким, укороченным и убойными ударами. Освоение переднего сцепления и сцепления наотмашь. Тактика высокой и низкой подачи. Овладение фликом, драйвовым ударом, ударом справа.

*Формы контроля:* Педагогическое наблюдение, самостоятельное выполнение заданий.

#### **2. Тактика и техника игры в настольный теннис**

*Теория:* История возникновения настольного тенниса. Развитие настольного тенниса. Правила. Жесты судей.

*Практика:* Динамическая растяжка. Прыжки на скакалке. Освоение стартовой позиции. Освоение техники «накат справа», «накат слева», «подрезка справа», «подрезка слева». Тактика тон-спин справа и тон-спин слева. Приемы атаки справа и слева.

*Формы контроля:* Педагогическое наблюдение, самостоятельное выполнение заданий.

#### **3. Тактика и техника игры в волейбол**

*Теория:* История возникновения волейбола. Развитие волейбола. Правила. Жесты судей.

*Практика:* Разминка. Прыжки в высоту, толчковая тяга с прыжком. Прыжки на скакалке. Освоение основной стойки. Отработка подачи мяча, перебрасывания мяча партнеру, паса. Освоение техники пробивания мяча.

*Формы контроля:* Педагогическое наблюдение, самостоятельное выполнение заданий.

#### **4. Тактика и техника игры в баскетбол**

*Теория:* История возникновения баскетбола. Развитие баскетбола. Правила. Жесты судей.

*Практика:* Разминка. Прыжки на скакалке. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек. Овладение техникой ведения, бросков, передачи мяча. Тактика свободного и позиционного нападения.

*Формы контроля:* Педагогическое наблюдение, самостоятельное выполнение заданий.

#### **5. Тактика и техника игры в футбол**

*Теория:* История возникновения футбола. Развитие футбола. Правила. Жесты судей.

*Практика:* Разминка. Освоение навыка приема и набивания мяча. Овладение навыком ведения мяча (дриблингом). Освоение техники паса, бить по воротам, играть в обороне.

*Формы контроля:* Педагогическое наблюдение, самостоятельное выполнение заданий.

#### **6. Итоговое занятие.**

*Практика:* Тай-брейки по бадминтону и волейболу, партия в настольный теннис, шорт футбол и стритбол.

*Формы контроля:* Технический зачет по результату участия в изученных спортивных играх.

## Методические материалы

*Методы обучения:*

*Словесные методы:*

1. Беседа.
2. Обсуждение игровых моментов.

*Наглядные методы:*

1. Самостоятельный разбор тактических действий игроков.
2. Наблюдение игры в бадминтон, настольный теннис, волейбол, баскетбол, футбол..
3. Плакаты

*Методика проведения занятий* предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала. С первых занятий обучающиеся приучаются к технике безопасности, к правильной организации собственного труда, рациональному использованию рабочего времени, грамотному использованию спортивного инвентаря и спортивных снарядов. В основу программы легли определенные педагогические принципы: принцип субъектности познающего сознания. Педагог и обучающийся определяются активными субъектами образования.

*Обучение* содержанию программного материала построено на основе общих методических положений;

- от простого к сложному,
- от частного к общему,
- с использованием технологий личностно - ориентированного подхода в обучении.

*Методические рекомендации:*

- Рекомендации по организации безопасного ведения двусторонней игры.
- Рекомендации по организации подвижных игр с мячом.
- Рекомендации по организации работы с картотекой упражнений по спортивным играм.
- Инструкции по охране труда.

*Методы, способы и приемы* стимулирования и мотивации детской деятельности

*Эмоциональные методы:*

- Поощрение.
- Приказание.
- Создание ситуации успеха.
- Стимулирующее оценивание.

*Волевые методы:*

- Предъявление учебных требований.
- Информация об обязательных результатах обучения.
- Познавательные затруднения.
- Прогнозирование деятельности.

*Социальные методы:*

- Создание ситуации взаимопомощи.
- Поиск контактов и сотрудничества.
- Заинтересованность в результатах.

Для сохранения физического и психического здоровья обучающихся на занятиях применяются различные технологии: здоровьесберегающие, индивидуально-дифференцированные и игровые.

Использование здоровьесберегающих технологий педагогом на занятии заключается в защите здоровья обучающихся от нанесения потенциального вреда, формировании культуры здоровья, воспитания потребности вести здоровый образ жизни, обеспечение необходимыми знаниями, формировании соответствующих навыков.

Применение в образовательном процессе индивидуально - дифференцированной технологии дает возможность работать с детьми разного возраста, разным уровнем владения спортивными играми. Здесь используются индивидуальные задания, работа по группам, командам.

Основная технология на занятиях - игровая. Применение игровых технологий на занятиях в комплексе с другими методами организации занятий укрепляет мотивацию, помогает вызвать положительные эмоции, увидеть индивидуальность детей.

### **Информационные источники**

#### **Список литературы для педагогов:**

1. Гомельский, А. Я. Энциклопедия баскетбола от Гомельского / А. Я. Гомельский. — М.: ФАИР-ПРЕСС, 2003 – 338 с. - ISBN 5-8183-0374-8 – Текст: непосредственный.
2. Губа, Владимир Петрович. Теория и методика современных спортивных исследований [Текст]: В. П. Губа, В. В. Маринич. — Москва : Спорт, 2016. —230 с., [1] с. - ISBN 978-5-906839-25-1– Текст: непосредственный.
3. Овчинников, В.П., Фокин, А.М., Шелкова, Л.Н. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности. Спортивные игры: учебное пособие для СПО. — СПб, Лань, 2023. — 152 с. - ISBN 978-5-288-05785-4 – Текст: непосредственный.
4. Родин, А.В., Губа В.П. Индивидуальная тактическая подготовка в спортивных играх: монография / — М.: Спорт, 2023. — 188 с. - ISBN 978-5-907601-13-0 – Текст: непосредственный.
5. Спортивные игры: Теория избранного вида спорта. Учебное пособие для Вузов / А.М.Фокин, В.П.Овчинников. — СПб: Лань, 2023. — 152 с. - ISBN 978-5-507-45117-3 – Текст: непосредственный.
6. Яковлева, В.Н. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности: подвижные и спортивные игры. — СПб: Лань, 2023. —128 с. - ISBN 978-5-507-45259-0 – Текст: непосредственный.
7. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки: учеб.-метод. пособие / сост.: Ш. З. Хуббиев, С. М. Лукина, Т. Е. Коваль, Л. В. Ярчиковская. — СПб.: С.-Петербург. ун-т, 2018. — 272 с. – ISBN 978-5-288-05785-4 – Текст: непосредственный.

#### **Список литературы для детей:**

1. Андреев, С.Н. Футбол - твоя игра: Кн.для учащихся сред. и ст. классов. / С.Н. Андреев. — Москва: Академия, 2009. – 143 с. - ISBN 5-09-000437-4 – Текст: непосредственный.
2. Грасис, А.М. Специальные упражнения баскетболистов [Текст]. - Москва: Физкультура и спорт, 1967. — 112 с
3. Муйжнек, А. Книга о мастерстве и драйве: для среднего школьного возраста — Москва: Манн, Иванов и Фербер, 2018. — 47 с. - ISBN 978-5-00100-913-9 – Текст: непосредственный.
4. Скиннер, Джеймс. Организационное поведение в спорте [Текст] / Джеймс Скиннер и Боб Стюарт; [перевод с английского Самсонова А. В.]. — Москва: Национальное образование, 2018. — 431 с. - ISBN 978-5-4454-1238-0 – Текст: непосредственный.

#### **Список литературы для родителей:**

1. Барчукова, Г. В. Настольный теннис для всех и каждого. — М.: Советский спорт, 2022. — 208 с. - ISBN 978-5-278-00847-7 – Текст: непосредственный.
2. Гровер, Тим. Манифест великого тренера [Текст]: как стать из хорошего спортсмена

великим чемпионом: [12+] / Тим Гровер совместно с Шари Уэнк; [пер. с англ. П. И. Михеева]. — Москва: э, 2017. — 235 - ISBN 978-5-699-96033-0 – Текст: непосредственный.

3. Коротков, И.М. Подвижные игры в занятиях спортом [Текст]: (Гимнастика, легкая атлетика, баскетбол, волейбол). — Москва: Физкультура и спорт, 1971. — 120 с.
4. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Текст] / В. К. Сафонов. — Москва: Спорт, 2018. — 287 с - ISBN 978-5-906839-90-9 – Текст: непосредственный.
5. Черданцев, Г.В. Азбука футбола. Увлеки своего ребенка самой популярной игрой! — М.: АСТ, 2021. — 272 с. - ISBN 978-5-17-137134-0 – Текст: непосредственный.

#### **Интернет источники:**

1. Методический портал учителя. Официальный сайт. URL: [http://metodsovet.su/dir/fiz\\_kultura/9](http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9) (Дата обращения 12.09.2023).
2. Национальная информационная сеть «Спортивная Россия». Официальный сайт. URL: <http://www.infosport.ru> (Дата обращения 08.09.2023).
3. Журнал Долгие Лета. Здоровый образ жизни. Бадминтон: игра на двоих, правила и техника игры, видеоурок. Официальный сайт. URL: <http://dolgieleta.com/sportivnaya-zhizn/sport-na-ulice/uchimsya-igrat-v-badminton-igra-na-dvoih.html> (Дата обращения 08.09.2023).
4. Сообщество учителей физической культуры на портале «Сеть творческих учителей». Официальный сайт. URL: [http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat\\_no=22924&tmpl=com](http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com) (Дата обращения 15.09.2023).

### **Оценочные материалы**

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: текущий и итоговый контроль.

**Текущий контроль** осуществляется на каждом занятии (кроме итогового) для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств учащихся.

*Формы: педагогическое наблюдение, опрос на выявление умения рассказать правила игры, выполнение тестовых заданий для определения уровня освоения навыка, анализ педагогом и обучающимися технических элементов и приобретенных навыков.*

**Итоговый контроль** проводится в конце обучения по программе на последнем (шестом) занятии.

*Формы:* технический зачет, который содержит в себе проверку физической и технической подготовленности, а также умения исполнять технические приемы и комбинации в игровых условиях. Технический зачет затрагивает все 5 спортивных игр.

Итоги диагностики заносятся в информационные карты, используя следующую шкалу:

#### **Оценка параметров:**

*Начальный уровень – 1 балл*

*Средний уровень – 2 балла*

*Высокий уровень – 3 балла*

#### **Уровень:**

*1-5 баллов – начальный уровень*

*6-10 баллов – средний уровень*

*11 – 15 баллов – высокий уровень*



№	ФИО обучающегося	Предметные результаты обучения по программе																							
		бадминтон				настольный теннис				волейбол				баскетбол				футбол				итого			
		т		п		т		п		т		п		т		п		т		п		т		п	
		1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2

«т» - теория; «п» - практика; «1» - показатель на начало обучения; «2» - показатель на конец обучения

№	ФИО обучающегося	Результаты обучения по программе						итого
		личностные				метапредметные		
		опыт взаимодетствия	устойчивый интерес	дисциплина	управление эмоциями в различных ситуациях	определение эффективных способов достижения результата	находит ошибки и исправляет их	

**УТВЕРЖДЕН**

Приказ № 59 от 24 ноября 2023 г.

Директор ГБОУ школа № 464

Пушкинского района Санкт-Петербурга

\_\_\_\_\_ / А.С. Теплякова

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_ г.

**Календарный учебный график  
реализации дополнительной общеразвивающей программы  
«Спортивные игры»**

Год обучения, группа	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
			4	12	36	3 раза в неделю по 3 академических часа (академический час – 45 минут)