

**Муниципальное казённое учреждение «Управление образования»
Партизанского муниципального района**

**Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение «Основная
общеобразовательная школа» с. Новая Сила
Партизанского муниципального района
(МКОУ ООШ с. Новая Сила)**

Утверждена
приказом
МКОУ ООШ с. Новая Сила
от 31.08.2023 №86

Школьный спортивный клуб «Чемпион»

дополнительная образовательная общеразвивающая программа
физкультурно – спортивной направленности

Возраст обучающихся - 7-15 лет

Срок реализации программы - 1 год.

Учитель физической культуры Лупя Н.В.

с. Новая Сила,

2023 г

Раздел № 1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ

1.1 Пояснительная записка

Актуальность программы заключается в том, что программа составлена по запросу обучающихся и родителей в рамках действующей нормативно-правовой базы в сфере образования:

- Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального закона Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Распоряжения Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утверждённые постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28.
- Устава МКОУ ООШ с. Новая Сила.

Направленность программы физкультурно-спортивная.

Уровень освоения – базовый

Отличительные особенности программы

Программа школьного спортивного клуба «Чемпион» МКОУ ОШ с. Новая Сила (далее – ШСК «Чемпион») направлена на поддержание и укрепление здоровья обучающихся, систематизацию взаимодействия семьи и школы в области физической культуры и здорового образа жизни.

Деятельность членов клуба объединяет виды спортивной деятельности, в которых возможно и целесообразно решение задач их развития и социализации. Формы участия родителей и учителей призваны дополнить, усилить мотивацию детей к физически активной и социально значимой деятельности.

Программа реализуется модульно и состоит из различных учебных курсов: «Игры народов мира» (1-4 классы), кружок «Шашки» (1-9 классы), секция «Волейбол» (5-9 классы), «Обучение игровым приёмам» (1 - 4 классы), «Обучение игровым приёмам» (5-9 классы)

Адресат программы Участниками ШСК «Чемпион» могут стать дети от 7 лет и старше.

Особенности организации образовательного процесса:

Занятия организуются в объединениях по интересам, сформированных в

группы обучающихся одного возраста (клубы, секции, кружки)

Программа ШСК «Чемпион» рассчитана на 1 год обучения (152 часа в год). Занятия проводятся по группам 2 раза в неделю по 2 часа.

Уровень освоения программы не влияет на продолжительность обучения. Все занятия проводятся с учётом возрастных особенностей учащихся и требований санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы:

Целью программы является: формирование у учащихся МКОУ ООШ с. Новая Сила и других участников образовательного процесса устойчивой потребности в здоровом образе жизни, в творческом использовании средств физической культуры и спорта для организации активного и здорового досуга через занятия массовыми видами спорта.

Задачи программы:

Воспитательные:

1. Формировать устойчивую потребность в здоровом образе жизни и систематических занятиях физической культурой и спортом
2. Вовлекать молодёжь и взрослых в активное занятие физической культурой и спортом, сдачу комплекса ВФСК ГТО.
3. Осуществлять профилактику асоциальных проявлений в детской и подростковой среде.

Развивающие:

1. Развивать физические способности и совершенствовать функциональные возможности организма учащихся
2. Повышать выносливость, умственную и физическую работоспособность.
3. Содействовать творческому подходу к занятиям физической культурой

Обучающие:

1. Учить использованию различных технических приёмов в играх
2. Формировать коммуникативную культуру общения во время спортивного взаимодействия
3. Расширять знания о возможностях человеческого организма и о способах здоровьесбережения.

1.3 Содержание программы

1.3.1 Внеурочный курс «Игры народов мира»

Учебный план курса

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов	Формы аттестации/контроля
--------------	-----------------------------------	-------------------------	----------------------------------

		Теория	Практика	
1	Основы знаний о физической культуре.	В процессе урока		
2	Русские народные игры.	1	4	диагностика уровня физической подготовки
3	Игры народов Сибири и Дальнего Востока.	1	4	
4	Игры народов Коми, Бурятии, Калмыкии.	1	4	
5	Игры народов Кавказа.	1	4	Игровые состязания
6	Игры народов Украины, Белоруссии.	1	4	
7	Игры народов Прибалтики		4	диагностика уровня физической подготовки
8	Праздник любимых игр		5	
	Всего	5	29	

Содержание учебного плана

1. Основы знаний о физической культуре (в процессе занятий).

2. Русские народные игры(5часов).

Вас приглашает страна игр. Какие бывают игры? Практика: УГГ. Игры: «У медведя во бору», «Горелки», «Краски». Особенности русских подвижных игр. Практика: ОРУ. Игры: «Колдунчики», «Пятнашки», «Фанты» Правила игрока. Обязательны ли правила для всех? Практика: Игры: «Гуси», «Ляпка», «Большой мяч» УГГ. Правила ТБ. Практика: ОФП. Игры: «Гонка мяча», «Молчанка», «Мелечина – калечина» Практика: Итоговое занятие: «Турнир русских подвижных игр».

3. Игры народов Сибири и Дальнего Востока(5часов).

Историческое наследие игр. Практика: Корректирующая гимнастика Игры: «Перетягивание каната», «Борьба на палке», «Куропатки и охотники». Особенности игр, их виды. Практика: ОРУ. Игры: «Здравствуй, догони!», «Отбивка оленей», «Ручейки и озера» Традиции народных праздников. Практика: УГГ. Игры: «Рыбаки и рыбки», «Смелые ребята», «Бег в снегоступах» Культура общения в игровой деятельности. Практика: ОФП. Игры: «Охота на куропаток», «Успей поймать», «Ловля оленей» Практика: Эстафеты, конкурсы, аттракционы.

4. Игры народов Коми, Бурятии, Калмыкии (5часов).

Как правильно организовать игру? Практика: Дыхательная гимнастика. Игры: «Ловля оленей», «Иголка, нитка, узелок», «Ищем палочку» Особенности игр Коми, Бурятии, Калмыкии. Практика: ОРУ. Игры: «Палочка – стукалочка», «Достань шапку», «Я есть!» . Как игра помогает в жизненных ситуациях? Практика: ОФП.

Игры: «Биляша», «Мяч», «Пятнашки на санках» Основы правильного питания. Практика: Корректирующая гимнастика Игры: «Стой, олень», «Невод», «Табун» Практика: Игровая программа «Веселые старты».

5. Игры народов Кавказа (5часов).

Основные факторы, влияющие на здоровье. Практика: УГГ. Игры: «Конно – спортивная игра», «Снятие шапки», «Игра в лягушек» Особенности кавказских игр. Практика: Упражнения в движении. Игры: «Конное поло», «Чья шеренга победит?», «Отдай платочек» Традиции народных праздников Кавказа. Практика: Беговая разминка. Игры: «Палочка – выручалочка», «День и ночь», «Изюминка» Связь подвижных и спортивных игр. Практика: ОРУ. Игры: «Земля, вода, воздух, огонь», «Взятие в плен», «Утушка» Практика: Соревнования по подвижным играм: «Веселые забавы».

6. Игры народов Украины, Белоруссии (5часов).

Как измерить свой пульс? Практика: ОФП. Игры: «Колдун», «Иванка», «Мельница» Самоконтроль. Практика: ОРУ. Игры: «Охотники и утки», «Заморозка», «Колечко» Для чего нужен режим дня? Практика: УГГ. Игры: «Гуси летят», «Сосед, подними руку», «Перетягивание» Признаки утомления. Практика: Упражнения в движении. «Жмурки», Посадка картошки», «Догони меня» Практика: Итоговое мероприятие: «Спортивные сказки».

7. Игры народов Прибалтики (4часа).

Особенности игр народов Прибалтики. Практика: Дыхательная гимнастика. Игры: «Сторож», «Король мавров», «Черное и белое» Игра как средство здоровьесбережения. Практика: ОРУ. Игры: «Кольцо», «Птица без гнезда», «Король зверей». Личная гигиена. Практика: ОФП. Игры: «Цветы», «Ригу – рагу», «утро зайчика» Практика: Корректирующая гимнастика. Игры: «Ловля хорька», «Стая уток», «Путешественник».

8. Праздник любимых игр (5часов).

Праздник любимых игр (Белоруссии, Украины, Прибалтики) Праздник любимых игр (русские народные, народов Сибири и Д.Востока) Праздник любимых игр (Коми, Бурятии, Карелии, Кавказа) Праздник любимых игр (Русские, Вепские «Клубок», «Подушечка»).

1.3.2. Кружок «Шашки»

Учебный план

№	Тема раздела	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		всего	теория	практика	

1	Шахматная доска и фигуры	2	1	1	
2	Ходы и взятие фигур	4	2	2	
3	Цель и результат шашечной партии	4	2	2	Решение задач
4	Общие принципы разыгрывание партии	6	2	4	
5	Особенности хода «дамки»	2	1	1	
6	Тактические приемы и особенности их применения	8	2	6	парные игры
7	Шашечный турнир по возрастным категориям	2		2	Парный турнир
8	Игра «уголки»	2	1	1	
9	Игра «поддавки»	3	1	2	
10	Подведение итогов года	1		1	Школьный турнир по шашкам (индивидуальный зачёт)
	Итого	34	13	21	

Содержание учебного плана

Шахматная доска и фигуры (2 ч)

Место шашек в мировой культуре. Роль шашек в воспитании и развитии личности. Особенности психологической подготовки юного шашкиста. Понятие о здоровом образе жизни.

Шахматная доска. Поля, линии, их обозначение. Легенда о возникновении шашек.

Ходы и взятие фигур (4ч)

Упражнения на выполнение ходов пешками. Дидактические игры по маршруту и их взятие с учетом контроля полей, на ограничение подвижности фигур. Тренировочные упражнения по закреплению знаний о шахматной доске.

Цель и результат шашечной партии(4 ч)

Способы защиты. Открытые и двойные ходы. Обучение алгоритму хода. Выигрыш, ничья, виды ничьей. Решение упражнений на выигрыш в различное количество ходов.

Общие принципы разыгрывание партии (6ч)

Понятие о шашечном турнире. правила поведения при игре в шашечных турнирах. Правила поведения в соревнованиях. Спортивная квалификация. Анализ учебных партий, игровая практика.

Особенности хода «дамки» (2ч)

Упражнения на выполнение ходов дамкой. Дидактические игры по маршруту и их взятие с учетом контроля полей, на ограничение подвижности фигур. Тренировочные упражнения по закреплению знаний о шахматной доске.

Тактические приемы и особенности их применения (8 ч)

Слабость крайней горизонтали, двойной удар, открытое нападение, связка, виды связок и защита от неё. Завлечение, отвлечение, разрушение пешечного перекрытия, освобождение пространства, уничтожение защиты. Понятие о комбинации. Решение тестовых позиций, содержащих тактические удары на определенную и на неизвестную темы.

Шашечный турнир (2ч) Показательные выступления опытных спортсменов. Презентация успехов юных шашкистов с приглашением родителей учащихся

Игра «уголки» (2ч)

Игра «подавки» (3ч)

Показательные выступления опытных спортсменов. Презентация успехов юных шашкистов с приглашением родителей учащихся.

1.3.3. Секция «Волейбол»

Учебный план.

№ п/п	Тема изучаемого раздела	Общее количество часов	Теория	Практика	Формы контроля
1	Совершенствование техники верхней, нижней передачи	4	1	3	диагностика уровня физической подготовки
2	Прямой нападающий удар	8	1	7	Зачёт
3	Совершенствование верхней , нижней прямой подачи	6	-	6	Зачёт
4	Совершенствование приёма мяча с подачи и	4	-	4	

	в защите				
5	Двусторонняя учебная игра	4	-	4	Зачёт
6	Одиночное блокирование	4	1	3	
7	Страховка при блокировании	4	1	3	Зачёт
8	Физическая подготовка в процессе занятия				диагностика уровня физической подготовки
Итого: 34 часа					

Содержание учебного плана

Совершенствование техники верхней, нижней передачи (4 ч)

В основе техники волейбола лежит правильное выполнение стойки и перемещения. *Стойка* волейболиста – поза готовности к перемещению и выходу в исходное положение для выполнения технического приёма. *Техника выполнения*: ноги расставлены на ширине плеч и согнуты в коленях. Одна нога может быть немного впереди другой, ступни расположены параллельно. Туловище наклонено вперёд. Чем ниже стойка, тем больше наклон туловища. Руки согнуты в локтях, кисти на уровне пояса.

Перемещения – это действия игрока при выборе места на площадке.

В зависимости от характера технического приёма и игровой ситуации в волейболе используются различные способы перемещения: приставной шаг, двойной шаг, бег (рывок к мячу), прыжки.

Прямой нападающий удар. (8 ч)

Техника нападающего удара включает в себя четыре фазы: *разбег, прыжок, собственно нападающий удар и приземление*.

Прямой нападающий удар характеризуется сочетанием сложных по координации движений. Подготовка к выполнению прямого нападающего удара осуществляется за счет ускоренной ходьбы, переходящей в бег. Ритм разбега существенно зависит от скорости и траектории передачи мяча для выполнения нападающего удара. Длина разбега составляет 2-3 шага и скачок. В скачке стопа вынесенной вперед ноги ставится на пятку (стопорящий шаг), вторая нога приставляется к первой, выпрямленные руки отводятся назад. Отталкивание от опоры начинают с махового движения руками по дуге сзади вперед вверх еще до активного разгибания ног. В волейболе прыжок вверх, как правило, максимально высокий, поэтому игрок должен оттолкнуться как можно сильнее. Одновременно со взлетом игрок выполняет замах бьющей

рукой вверх назад, прогибается в груди и пояснице, ноги слегка сгибает в коленных суставах, правое плечо (если правая рука ударная) отводит назад, левую руку, незначительно сгибая в локтевом суставе, отводит вверх в сторону. В момент удара по мячу бьющая рука выпрямляется в локтевом суставе, растянутые при замахе мышцы живота, груди и руки резко сокращаются. Рука выпрямляется, кисть накладывается на мяч в расслабленном состоянии, удар выполняется в определенном направлении. После удара по мячу игрок приземляется на согнутые в коленных суставах ноги и на переднюю часть стоп.

Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите (4ч)

Техника выполнения: в исходном положении туловище вертикально, ноги согнуты в коленях (степень сгибания ног зависит от высоты траектории полёта мяча), стопы параллельны или одна (разноимённая сильнейшей руке) несколько впереди. Руки согнуты в локтях, локти слегка разведены. Кисти вынесены перед лицом так, чтобы большие пальцы находились на уровне бровей и были направлены друг к другу. Указательные и большие пальцы обеих рук образуют треугольник. Пальцы напряжены и слегка согнуты. Встреча рук с мячом осуществляется вверху над лицом. При передаче руки и ноги выпрямляются и мячу (мягким ударом кистями) придаётся нужное направление. Руки сопровождают полёт мяча и после передачи почти полностью выпрямляются.

Применение: при приёме подач, передачах для нападающего удара и перебивании мяча через сетку.

Приём мяча снизу двумя руками (4ч)

Техника выполнения: в исходном положении ноги согнуты в коленных суставах, туловище незначительно наклонено вперёд, руки в локтевых и лучезапястных суставах выпрямлены, кисти соединены «в замок» и располагаются перпендикулярно траектории полёта мяча.

Приём мяча перпендикулярно траектории полёта мяча: приём мяча осуществляется на нижнюю часть предплечий или кисти с одновременным разгибанием ног и туловища вперёд-вверх. Прямые руки поднимаются до уровня груди.

Применение: при приёме мяча от подачи и атакующего удара; при приёме мяча, отражённого сеткой; при передачах для нападающих ударов и перебивания мяча через сетку.

Нижняя и верхняя прямая подача мяча(6ч)

Подача нужна не только для введения мяча в игру – она является грозным атакующим средством. Поскольку с нее начинаются все игровые эпизоды, от умения правильно выполнить ее и тактически реализовать зависит ход игры.

Блокированием в волейболе (8ч) считаются защитные действия игрока или группы игроков, выполняемых с помощью рук над верхним краем сетки, как в прыжке, так и в опоре. Обучение осуществляется как блокированию одиночному, так и групповому.

1.3.4. "Обучение игровым приемам" (для 1 -4 классов)

Учебный план

№ п/п	Тема	Количество часов			Формы кон- троля
		Общее кол - во часов	Теория	Прак- тика	
1.	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	5 ч.	1 ч.	4 ч.	диагно- стика уровня физиче- ской под- готовки
2.	Игры с мячом.	5 ч.	1 ч.	4 ч.	
3.	Игры с прыжками (со скакалки).	5ч.	1 ч.	4 ч.	Игровые состяза- ния
4.	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	5ч.	1 ч.	4 ч.	
5.	Зимние забавы.	4ч.	1 ч.	3 ч.	
6.	Эстафеты.	5 ч.	1 ч.	4ч.	диагно- стика
7.	Народные игры	5 ч.	1 ч.	4ч.	уровня физиче- ской под- готовки
Итого:		34 часа			

Содержание учебного плана

Игры с бегом (5 часов).

Теория. Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.

Практические занятия:

Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».

Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта

Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята».

Комплекс ОРУ с предметами . Игра «Пятнашки в кругу».Игра «Караси и щуки».

Игры с мячом (5 часов)

Теория. Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ.Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.

Практические занятия:

Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему».

Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники».

Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил»

Игра «Защищай ворота».

Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч».

Игра «Мяч в центре».

Игры с прыжками (5 часов).

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр.

Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.

Практические занятия:

Комплекс ОРУ. Игра «Туда- обратно». Игра «Зайцы в огороде».

Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи».Игра «белые медведи».

Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка».

Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».

Игра малой подвижности (5 часов).

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.

Практические занятия:

Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».

Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?».

Игра «Точный телеграф».

Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».

Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник».

Зимние забавы (4 часов).

Теория. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках.

Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение.

Практические занятия:

Игра «Снежком по мячу».

Игра «Пустое место».

Игра «Кто дальше» (на лыжах).

Игра «Быстрый лыжник».

Эстафеты (5 часов).

Теория. Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ.

Способы деления на команды. Повторение считалок.

Практические занятия:

Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.

Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».

Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)

Игра малой подвижности (5 часов).

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.

Практические занятия:

Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».

Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?».

Игра «Точный телеграф».

Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».

Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник».

Народные игры (5 часов)

Теория. Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники.

Классификация народных игр.

Практические занятия:

Разучивание народных игр. Игра "Корову доить".

Разучивание народных игр. Игра "Коршун".

Разучивание народных игр. Игра "Бабки".

1.3.5. «Обучение игровым приемам» (для 5 -9 классов)

Учебный план

№	Тема	Кол-во часов		
		Теория	Практика	
1	Основные понятия об игре в баскетбол Специальная физическая подготовка в процессе занятия	1	2	диагностика уровня физической подготовки
2	Отработка технических навыков: <ul style="list-style-type: none"> • имитационные упражнения без мяча, • ловля мяча, • ведение мяча • броски мяча 		8	Зачёт
3	Тактическая подготовка: <ul style="list-style-type: none"> • действия игрока в нападении, • действия игрока в защите 		4	
4	Применение тактических приёмов в игре		2	Командные соревнования
5	Техника и тактика игры в мини-футбол. <ul style="list-style-type: none"> • ведение мяча, передачи и остановка 	1	4	
6	Удары по мячу		3	зачёт
7	Игра в защите		3	
8	Игра вратаря		2	

9	Розыгрыши		4	Командные соревнования диагностика уровня физической подготовки
	Итого	2	32	

Содержание учебного плана

Специальная физическая подготовка. (2 ч) Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.

Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.

Упражнения для развития ловкости баскетболиста.

Техническая подготовка (8 часов)

1. Упражнения без мяча.

1.1. Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу.

1.2. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком

1.3. Передвижение в стойке баскетболиста.

1.4. Остановка прыжком после ускорения.

1.5. Повороты на месте.

1.6. Остановка в один шаг после ускорения.

1.7. Повороты в движении.

2. Ловля и передача мяча.

2.1. Двумя руками от груди, стоя на месте.

2.2. Двумя руками от груди в движении.

2.3. Ловля мяча после полукоскока

2.4. Ловля высоко летящего мяча.

3. Ведение мяча.

3.1. На месте.

3.2. В движении шагом.

3.3. В движении бегом.

- 3.4. То же с изменением направления и скорости.
- 3.5. То же с изменением высоты отскока.
- 3.6. Правой и левой рукой поочередно на месте.
- 3.7. Правой и левой рукой поочередно в движении.
- 3.8. Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.

4. Броски мяча.

- 4.1. Одной рукой в баскетбольный щит с места.
- 4.2. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места.
- 4.3. Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения.
- 4.4. В прыжке одной рукой с места.
- 4.5. Штрафной.

Тактическая подготовка (4 часа).

1. Защитные действия при опеке игрока без мяча.
2. Защитные действия при опеке игрока с мячом.
3. Перехват мяча.
4. Командные действия в защите.
5. Командные действия в нападении.
6. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.

Техника и тактика игры в футбол (5 часов)

Ведение мяча.

Ведение серединой подъема, носком и внутренней стороной стопы. Ложные движения (финты). При ведении имитировать остановку мяча подошвой или удар пяткой назад (без касания или с касанием мяча подошвой) и рывком вперед уйти с мячом. Быстро отвести мяч подошвой ноги под себя — уйти с мячом вперед. Быстро отвести мяч ногой под себя — повернуться и уйти с мячом в сторону или назад. При ведении неожиданно остановить мяч, оставив его партнеру, находящемуся за спиной, и уйти без мяча вперед, увлекая за собой соперника («скрещивание»). Ложная передача мяча партнеру.

Остановка мяча.

Остановка подошвой, внутренней и внешней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча с поворотом на 90° (в зависимости от расположения игроков противника и создавшейся игровой обстановки). Остановка грудью летящего мяча с поворотом на 90°. Остановка опускающегося мяча бедром и лбом. Остановка изученными способами мячей, катящихся или летящих с различной скоростью и траекторией, с разных расстояний и направлений; на высокой скорости движения с последующим ударом или рывком.

Удары по мячу ногой (3 часа).

Удары подъемом (внешней, внутренней частью и серединой), стопой (внутренней и внешней стороной) по неподвижному, катящемуся, прыгающему и летящему мячу. Удары пяткой (назад) по катящемуся мячу. Резаные удары (внутренней и внешней частью подъема по катящемуся вперед, навстречу и сбоку мячу). Удары с полулета (всеми способами). Удары по мячу головой. Удары серединой и боковой частью лба без прыжка и в прыжке с разбега по летящему с различной скоростью и траекторией мячу. Удары вниз и верхом, вперед, в стороны и назад (по ходу полета мяча), посылая мяч на короткое и среднее расстояние с пассивным и активным сопротивлением, с оценкой тактической обстановки перед выполнением удара. Резаные удары боковой частью лба. Перевод мяча лбом. Удары на точность.

Игра в защите (3 часа)

Персональная опека и комбинированная оборона. Подстраховка и помощь партнеру. Действия при отражении атаки соперника при равном соотношении сил и при его численном преимуществе. Взаимодействие с вратарем. Выбор позиции и страховка партнера при атаке противника флангом и через центр. Организация оборонительных действий при введении мяча в игру из стандартных положений.

Игра в нападении (3 часа)

Освобождение из-под опеки противника для получения мяча. Единоборство с соперниками, применяя обводку и ложные движения. Взаимодействие с партнерами при равном соотношении и численном превосходстве защитников соперника, используя короткие и средние передачи. Атака со сменой и без смены мест флангом и через центр. «Скрещивание» и игра «в стенку». Тактические комбинации при выполнении стандартных положений.

Игра вратаря (2 часа)

Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот. Игра на выходах из ворот при ловле катящихся по земле и летящих на различной высоте мячей. Руководство партнерами по обороне. Комбинации с защитниками при введении мяча в игру ударом от ворот.

Выбор места в штрафной площади при ловле мяча на выходе и на перехвате. Руководство игрой партнеров по обороне. Ввод мяча в игру. Организация контратаки.

1.4. Планируемые результаты

В результате обучений ученики должны познакомиться со многими играми, что позволит воспитать у них интерес к игровой деятельности, умение самостоятельно подбирать и проводить их с товарищами в свободное время.

Личностные результаты.

У обучающихся будут сформированы:

- установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- этические чувства, доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость, понимание и сопереживание чувствам других людей;
- эстетические потребности, ценности и чувства;
- самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.

Метапредметные результаты.

Обучающиеся овладеют способностями:

- принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- осваивать различные способы решения проблем творческого и поискового характера;
- планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определять общую цель и пути её достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты.

Обучающиеся будут знать:

- спортивную терминологию; игровые приёмы, применяемые в различных играх; правила и отличительные особенности спортивных игр;
- способы двигательной деятельности, правила их применения при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой;
- историю развития спорта и олимпийского движения, их положительное влияние на укрепление мира и дружбы между народами; основные направления развития физической культуры в обществе;
- о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни;

- о правилах организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой разной направленности, обеспечении безопасности мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды.

РАЗДЕЛ № 2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

2.1 Условия реализации программы

1. Материально-техническое обеспечение:

- спортивный зал, оборудованный раздевалками для переодевания, площадью 146,5 м²;

- оборудование: стойки с сеткой для волейбола, щиты баскетбольные – 2, мячи волейбольные -10, баскетбольные -15, футбольные – 5, скамейки гимнастические – 8, маты гимнастические -10, шведская стенка; обручи-10, скакалки-10, гимнастические палки-10, мячи для метания-10, спортивные гранаты – 10.

2. Учебно-методическое и информационное обеспечение:

1. Баскетбол / Л. В. Костикова. М. : Физкультура и спорт, 2002

2. Городецкий В.Б. Романтика шашек./В.Б. Городецкий . Минск: «Беларусь», 2010.

3. Курс шашечных окончаний./И.М. Бодров. Москва: «Резерв», 2001

4. Методика обучения индивидуальным действиям баскетболистов в защите : учебное пособие / Лихачев О. Е., Фомин С. Г., Мазурина А. В. ; Смол. гос. акад. физ. культуры, спорта и туризма. Смоленск : Смоленская городская типография, 2010.

5. Патрикеева А.Ю. Подвижные игры 1 – 4 классы. М.: Вако, 2007

6. Чернякова С.Н., Иванова С.В. Подвижные и спортивные игры во дворе: учебно-методическое пособие / С.Н. Чернякова, С.В. Иванова. Тюмень, 2013

7. Футбол в зале: система подготовки : [Учеб. пособие] / С.Ю. Тюленьков, А.А. Федоров. М. : Терра-Спорт, 2000

8. <https://nsportal.ru/> Чернышов А.А. Методические рекомендации обучения спортивным играм (из практики работы): учебно –методическое пособие по физической культуре.

9. <https://урок.пф/> Виды спорта. Физическая культура. Здоровый образ жизни. «Подвижные игры» методическое пособие (для учителей физической культуры и учителей начальных классов)

10. <https://nsportal.ru/> Методические рекомендации по организации обучения спортивным играм (баскетбол, волейбол, футбол) в кружках дополнительного образования

2.2 Оценочные материалы и формы аттестации

Спортивное достижение в игре, как правило, характеризуется победой над соперником. Поэтому основным средством оценивания являются **игровые состязания, командные и индивидуальные (в шашках)**.

Однако здесь подразумевается также совокупность способностей, навыков, умений и знаний, которая в комплексе позволяет осуществлять принятые в данной игровой деятельности действия. Отслеживание таких навыков осуществляется посредством ведения журнала спортивных достижений:

№ п/п	ФИ учащегося	Год рождения	Содержание мероприятия	Сроки проведения	Место	Командные результаты

Диагностика уровня физической подготовки, проводимая в начале и в завершении реализации учебных игровых курсов, позволяет отследить как общее физическое развитие, так планируемые результаты обучения учащихся. Например:

ФИ учащегося	Наименование результатов	Содержание результата	Результаты стартовой диагностики	Результаты итоговой диагностики
	личностные	способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности		
	метапредметные	владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения		
	предметные	способность отбирать физические упражнения по их		

		функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки		
--	--	--	--	--

2.3 Методические материалы

Методическое обеспечение ШСК осуществляется в рамках

- аналитической деятельности (сбор данных и анализ достижения участников клуба), где используются методы наблюдений, бесед, анкетирования, контрольных измерений и др. Используемые пособия:

- Костенко Е. Г., Мирзоева Е. В., Лысенко В. В. Анализ и статистическая обработка данных спортивно-педагогических исследований : монография / Е. Г. Костенко [и др.]. – Чебоксары: ИД «Среда» <https://phsreda.com/e-articles/103/Action103-33291.pdf>

- Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности, Ланда Б.Х.: Учебное пособие. М.: Советский спорт, 2006.

- обучающей работы, предполагающей расширение представлений участников ШСК о возможностях оздоровления и пропаганду здорового образа жизни. Примеры используемых источников:

Здоровая Россия [.http://www.takzdorovo.ru/](http://www.takzdorovo.ru/)

Общее дело. <https://www.youtube.com/channel/UC-TBJiS5DLbie0R34Bs316Q>

2.4 Календарный учебный график

Этапы образовательного процесса		1 год
Продолжительность учебного года, неделя		36
Количество учебных дней		108
Продолжительность учебных периодов	1 полугодие	01.09.2022-31.12.2022

	2 полугодие	09.01.2023- 31.05.2023
Возраст детей, лет		7-15
Продолжительность занятия, час		2
Режим занятия		2 раза/нед
Годовая учебная нагрузка, час		152

2.5 Календарный план воспитательной работы спортивного клуба «Чемпион»

№	Мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
1	Школьный этап ГТО	Сентябрь	Руководитель ШСК
2	Туристический слёт (1-9классы)	Сентябрь	Руководитель ШСК
3	Соревнования по мини - футболу (1 – 9 классы)	Сентябрь	Руководитель ШСК
4	Участие в первенстве по футболу среди школьных спортивных клубов	Сентябрь	Руководитель ШСК
5	Легкоатлетический кросс (2 – 9 классы)	Октябрь	Руководитель ШСК
6	Участие в районных соревнованиях по спортивному многоборью среди школьных спортивных клубов	Октябрь	Руководитель ШСК
7	Районная профилактическая акция «В здоровом теле – здоровый дух!»	Октябрь	Руководитель ШСК
8	День здоровья «Осенний марафон»	Октябрь	Руководитель ШСК
9	Школьные соревнования шашкам в честь Дня народного единства	Ноябрь	Учитель Батура Н.В
10	Весёлые старты «В здоровом теле – здоровый дух!»	Ноябрь	Руководитель ШСК

11	Консультации для родителей по вопросам физического воспитания детей в семье	Ноябрь	Руководитель ШСК
12	Районный конкурс «Мама, папа я спортивная семья»	Ноябрь	Руководитель ШСК
13	Районная профилактическая акция «За здоровый образ жизни»	Ноябрь	Руководитель ШСК
14	Школьные соревнования по волейболу (5 – 9 классы)	Декабрь	Руководитель ШСК
15	Школьные соревнования по дартцу (1 – 4 классы)	Декабрь	Руководитель ШСК
16	Районные соревнования по настольному теннису среди школьных спортивных клубов	Январь	Руководитель ШСК
17	День здоровья «Зимние забавы»	Январь	Руководитель ШСК
18	Спортивный праздник «А ну-ка парни», посвященного дню защитника Отечества	Февраль	Руководитель ШСК
19	Смотр строя и песни (1 – 9 классы)	Февраль	Руководитель ШСК
20	Школьные соревнования по стрельбе в честь Дня защитника Отечества	Февраль	Руководитель ШСК
21	Школьные соревнования по настольному теннису (5-9 классы)	Март	Руководитель ШСК
22	Участие в открытом районном турнире по русским шашкам и пулевой стрельбе в честь Международного Дня 8 Марта	Март	Руководитель ШСК
23	Участие в районной акции «Единый День ГТО».	Март	Руководитель ШСК
24	День здоровья «Весну встречаем»	Март	Руководитель ШСК
25	Проведение школьных соревнований «Весенний легкоатлетический кросс» (1-9 классы)	Апрель	Руководитель ШСК

26	Районные соревнования по спортивному многоборью. Лёгкая атлетика (эстафетный бег). «Президентские соревнования»	Апрель	Руководитель ШСК
27	Школьные соревнования по пионерболу (1-4 классы)	Апрель	Руководитель ШСК
28	Школьные соревнования по дартцу в честь Дня Победы (5-9классы)	Май	Руководитель ШСК
29	День здоровья «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»	Май	Руководитель ШСК
30	Проведение школьного соревнования «Безопасное колесо» (1-9 классы)	Май	Руководитель ШСК
31	Школьные соревнования лапта (1-9 классы)	Май	Руководитель ШСК

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ И ЭЛЕКТРОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ РЕСУРСОВ

1. Вишневский, В.А. Здоровьесбережение в школе (педагогические стратегии и технологии). М.: Теория и практика физической культуры, 2012.
2. Кеммерера, Г.Г. Спортивные клубы и их вклад в физическое развитие и «Спорт для всех» // Теория и практика физической культуры. 2011
3. Кофман, Л.Б. Педагогические принципы и модели организации физкультурно-спортивной деятельности детей и молодежи/ Кофман Л.Б. М., 2012
4. "Методические рекомендации по созданию школьных спортивных клубов общеобразовательных организаций" (утв. Минпросвещением России 28.09.2021 N 06-1400): <https://legalacts.ru>
5. Сайт учителей физической культуры: программы по видам спорта, кроссворды, статьи, комплексы упражнений, правила соревнований: <http://fizkultura-na5.ru/>
6. Национальная информационная сеть «Спортивная Россия». <http://www.infosport.ru/>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ



ПОДЛИННОСТЬ ДОКУМЕНТА ПОДТВЕРЖДЕНА.
ПРОВЕРЕНО В ПРОГРАММЕ КРИПТОАРМ.

ПОДПИСЬ

Общий статус подписи:	Подпись верна
Сертификат:	5E6FEB05DCC87A154958DC92426B06B
Владелец:	КВАША ИРИНА ВЛАДИМИРОВНА, КВАША, ИРИНА ВЛАДИМИРОВНА, prim.buh@mail.ru, 252400981687, 05503176329, МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА" С.НОВАЯ СИЛА ПАРТИЗАНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА, Директор, С.НОВАЯ СИЛА, Приморский край, RU
Издатель:	Казначейство России, Казначейство России, RU, г. Москва, Большой Златоустинский переулок, д. 6, строение 1, 1047797019830, 7710568760, 77 Москва, uc_fk@roskazna.ru
Срок действия:	Действителен с: 09.12.2022 13:51:00 UTC+10 Действителен до: 03.03.2024 13:51:00 UTC+10
Дата и время создания ЭП:	05.09.2023 15:02:40 UTC+10