

Управление образования администрации муниципального образования Ленинградский район

Муниципальное общеобразовательное учреждение
основная общеобразовательная школа № 22 имени А.С. Мельника
х. Восточного
муниципального образования
Ленинградский район



«Утверждаю»
Директор школы
И.Г. Борисенко
от «1» сентября 2019 год

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО- СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

«Спортивные игры»

Уровень реализации программы: базовый

Срок реализации программы: 5 лет

Возрастная категория: 11– 16 лет

Вид программы: модифицированная

Дудкина В.П., педагог дополнительного образования
(Ф.И.О. и должность разработчика)

х. Восточный
2019 год

I Пояснительная записка

Направленность программы- физкультурно-спортивная.

Программа предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с учащимися 5–9 классов, проявляющими интерес к физической культуре и спорту.

«Спортивные игры» – это игровые виды спорта в программах физического воспитания учащихся общеобразовательных учреждений. Он включён в урочные занятия, широко практикуется во внеклассной и внешкольной работе – это занятия в спортивной секции, физкультурно-массовые и спортивные мероприятия (соревнования в общеобразовательном учреждении, на уровне района, матчевые встречи и т.п.).

Данная программа разработана в соответствии с методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ 2016 г. МОН и молодежной политики КК и ГБОУ ИРО Краснодарского края.

Актуальность программы. Программа «Спортивные игры» призвана сформировать у обучающихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, в творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В программе представлены доступные для обучающихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики спортивных игр, развитию физических способностей. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Отличительной особенностью программы является ее индивидуальный подход к обучению ребенка. Индивидуальный подход заложен в программу. Он имеет два главных аспекта. Во-первых, воспитательное взаимодействие строится с каждым ребенком с учётом личностных особенностей. Во-вторых, учитываются знания условий жизни каждого учащегося, что важно в процессе обучения. Такой подход предполагает знание индивидуальности ребёнка, подростка с включением сюда природных, физических и психических свойств личности.

В данной программе предусмотрено, что в образовании развивается не только ученик, но и программа его самообучения. Она может составляться и корректироваться в ходе деятельности самого учащегося, который оказывается субъектом, конструктором своего образования, полноправным источником и организатором своих знаний. Учащийся с помощью педагога может выступать в роли организатора своего образования: формулирует цели, отбирает тематику, составляет план работы, отбирает средства и способы достижения результата, устанавливает систему контроля и оценки своей деятельности.

Новизна данной программы заключается в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этими спортивными играми.

С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение

посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми.

В условиях школьного зала посредством спортивных игр достигается высокая двигательная активность, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности.

Педагогическая целесообразность

При проведении занятий большое внимание уделяется развитию физических качеств учащихся, таких как быстрота, ловкость, выдержка, дисциплина, терпение.

Учебно-тематический материал программы распределён в соответствии с принципом последовательного и постепенного расширения теоретических знаний, практических умений и навыков.

Представленные в программе темы создают целостную систему подготовки. При отборе теоретического материала и установлении его последовательности соблюдаются следующие принципы:

- структурирование учебного материала с учётом объективно существующих связей между его темами;
 - актуальность, практическая значимость учебного материала для воспитанника.
- Показателями эффективного функционирования спортивного кружка служат:
- наличие единого контингента воспитанников;
 - взаимосвязь спортивного, нравственного коммуникативного и адаптированного направлений образовательной деятельности;
 - единый образовательный процесс, построенный на принципах непрерывности, преемственности, доступности, увлекательности, результативности;
 - осуществление единства обучения, воспитания и развития детей на основе индивидуализации и персонификации образовательного процесса;
 - обеспечение базовых знаний, умений и навыков, развитие физических качеств;
 - определенные достижения обучаемых и возможности прогнозирования их личностного роста
 - система оценок достижений обучающихся.

Возраст учащихся

В объединение принимаются учащиеся среднего школьного возраста (11 – 16 лет). Объединение включает учащихся разного возраста, разного уровня знаний, умений и навыков. Учитывая разновозрастной состав учащихся, применяется дифференцированный подход.

Уровень реализации программы, срок обучения

Уровень реализации – базовый.

Продолжительность обучения 5 лет в объеме 135 часов.

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа 42 минуты.

Формы и режим занятий

В процессе занятий используются различные формы занятий: традиционные, комбинированные и практические занятия. В раздел практической работы входит и самостоятельная работа учащихся, как на занятии, так и в виде задания на дом.

В пределах одного занятия виды деятельности могут несколько раз меняться. Это способствует удержанию внимания учащихся и позволяет избежать их переутомления.

Формы подведения итогов реализации программы

Отслеживание (проверка) перечисленных результатов осуществляется в виде текущего, промежуточного и итогового контроля. Текущий контроль осуществляется во время соревнований. По мере накопления детьми знаний и предполагает обучение на двух основных уровнях: первый - информативный, который заключается в изучении правил и закономерностей здорового образа жизни; второй — поведенческий, позволяющий закрепить социально одобряемые модели поведения. Социально одобряемая модель поведения может быть выработана только в результате вовлечения обучающихся в здоровьесберегающие практики. Принимая во внимание этот факт, наиболее рациональным способом будет подведение итогов каждого изучаемого раздела в игровой форме, при организации соревнований.

II. Цель и задачи программы

Цель программы: создание условий для занятий спортом и формирования потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Задачи:

Образовательные:

- познакомить учащихся с историей игр;
- обучить правилам спортивных игр;
- дать учащимся теоретические знания по спортивным играм, познакомить с правилами проведения соревнований и правилами турнирного поведения.

Личностные:

отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:

- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

Метапредметные:

- привить бережное отношение к окружающим, стремление к развитию личностных качеств;
- прививать навыки самодисциплины;
- способствовать воспитанию волевых качеств, самосовершенствования и самооценки.

Здоровьесберегающие:

- обеспечивать гигиенически оптимальные условия образовательного процесса для поддержания физической работоспособности на высоком уровне и предупреждать преждевременное наступление утомления;

- способствовать созданию необходимых гигиенических и психологических условий для организации учебной деятельности, профилактика различных заболеваний, а также пропаганда здорового образа жизни.

В ходе изучения данной программы у обучающихся идет освоение предметной компетенции, а также формирование умений участвовать в коллективной деятельности.

Предметные компетенции учащихся:

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования результаты изучения курса «Спортивные игры» должны отражать:

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физический нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;
- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий спортом с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую помощь при легких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий спортом, форм активного отдыха и досуга;
- расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий спортом посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;
- формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и коррегирующих упражнений, учитывающих

индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умение использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

Предметные результаты, так же как личностные и метапредметные, проявляются в разных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- знания по истории развития спорта;
- знания основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации;
- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

В области нравственной культуры:

- способность проявлять инициативу и самостоятельность при организации совместных занятий физическими упражнениями, доброжелательное и уважительное отношение к участникам с разным уровнем их умений, физических способностей, состояния здоровья;
- умение взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками, оказывать им помощь при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;
- способность проявлять дисциплинированность и уважение к товарищам по команде и соперникам во время игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

В области трудовой культуры:

- способность преодолевать трудности, добросовестно выполнять учебные задания по технической и физической подготовке;
- умение организовывать самостоятельные занятия физическими упражнениями разной функциональной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;
- умение организовывать и проводить самостоятельные занятия по базовым видам школьной программы, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность.

В области эстетической культуры:

- умение организовывать самостоятельные занятия с использованием физических упражнений по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;
- умение организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений при выполнении упражнений разной направленности (на развитие координационных способностей, силовых, скоростных, выносливости, гибкости) в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;
- способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития, осанки, показателями основных физических способностей, объективно их оценивать и соотносить с общепринятыми нормами и нормативами.

В области коммуникативной культуры:

- способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, умело применяя соответствующие понятия и термины;
- умение определять задачи занятий физическими упражнениями, включенными в содержание школьной программы, аргументировать, как их следует организовывать и проводить;
- способность осуществлять судейство соревнований по одному из видов спорта, проводить занятия в качестве командира отделения, капитана команды, владея необходимыми информационными жестами.

В области физической культуры:

- способность отбирать физические упражнения, естественные силы природы, гигиенические факторы в соответствии с их функциональной направленностью, составлять из них индивидуальные комплексы для осуществления оздоровительной гимнастики, использования закаливающих процедур, профилактики нарушения осанки, улучшения физической подготовленности;
- способность составлять планы занятий с использованием физических упражнений разной педагогической направленности, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятий и индивидуальных особенностей организма;
- умение проводить самостоятельные занятия по освоению и закреплению осваиваемых на уроке новых двигательных действий и развитию основных физических (кондиционных и координационных) способностей, контролировать и анализировать эффективность этих занятий, вести дневник самонаблюдения.

III. Содержание программы

Учебный план

№ п/п	НАЗВАНИЕ ТЕМЫ	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	3	3	-
2.	Волейбол	17	3	14
3.	Баскетбол	17	3	14
4.	Футбол	17	3	14
5.	Пионербол	10	3	7
6.	Общефизическая подготовка и спортивные игры	10	3	7
7.	Спортивные игры	10		10
8.	Настольный теннис	33		33
9.	Веселые старты	15		15
10.	Итоговое занятие	3	3	
	ИТОГО:	135	21	114

Содержание программ

1 Вводное занятие.

Теория

Беседа о правилах игр и Т.Б. на занятиях «Спортивные игры» и знакомство с организацией и проведением занятий.

2 Волейбол

Теория

Техника безопасности и правила поведения на занятиях по волейболу. Изучение правил игры. История и развитие волейбола. Достижения отечественных волейболистов. Основы тактики игры.

Практика

Стойки и перемещение игрока, игра «Следи за командой», выполнение заданий по сигналу перемещения в стойке, игра по упрощённым правилам с лёгким мячом.

Передача мяча сверху двумя руками над собой. Передача мяча с подбрасывания. Передача мяча сверху двумя руками над собой. Передача мяча в парах с подбрасывания и с подбрасывания партнёра, игра «Передал-садись». Приём мяча снизу на месте с собственного подбрасывания и подбрасывания партнёра. Приём мяча после перемещения (партнёр набрасывает с различных направлений); приём мяча посылая его в стену, подвижная игра «Мяч в стену». Приём и передача мяча через сетку в парах, в тройках в сочетании с перемещениями. Передача мяча на точность (в баскетбольное кольцо, обруч положенный на пол).

Индивидуальная работа с мячом. Прием и передача на месте, шагом, бегом. Эстафеты с элементами волейбола. Нижняя прямая подача. Имитация подачи и правильное положение бьющей руки на мяч. Тренировка в правильном набрасывании мяча для подачи. подача с 4-5 метров от сетки. Игра точно в цель. Нижняя прямая подача через сетку в парах. Игра «Ограниченное пространство».

3 Баскетбол.

Теория

Правила игры. Техника безопасности на занятиях. История развития баскетбола. Развитие баскетбола в России. Стойки баскетболиста. Судейство игры и жесты судей.

Практика

Перемещение баскетболиста в защитной стойке боком и спиной. Ловля и подача мяча на месте. Ведение мяча на месте. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте. Подвижная игра «Салки» Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ведение шагом и лёгким бегом. Встречная эстафета. Подвижная игра «Охотники и утки». Изучение техники броска мяча одной рукой от плеча на месте в парах, броски из под щита в кольцо. Ведение мяча и подвижная игра «Салки с мячом» Броски из под щита. Встречная эстафета. Остановка прыжком. Эстафеты. Учебная игра по упрощенным правилам. Подвижная игра «Мы капитаны». Передачи со сменой мест в движении. Остановка прыжком. Подвижная игра «Попади мяч». Эстафеты с ведением и бросками. Персональная защита в подвижной игре «А ну-ка, отними». Передачи и ловля мяча от щита. Учебная игра по упрощенным правилам. Броски в кольцо с разных точек. Подвижная игра «Передал-садись». Передача и ловля мяча с данных расстояний с последующим ведением и бросками. Учебная игра.

4 Футбол.

Теория

История развития игры. Техника безопасности на занятиях. Российский футбол. Мировой футбол в именах.

Практика

Техника перемещения, бег из различных исходных положений с изменением скорости и направления. Ведение мяча с изменением направления, скорости и сочетании с остановками и ускорениями. Остановка мяча после передачи на месте различными сторонами стопы. Передачи на месте ударом внутренней частью стопы. Остановка высоколетящего мяча коленом, грудью. Передачи на точность на встречных движениях. Обучению удару серединой подъёма. Подвижная игра «Мяч капитану». Длинные передачи и остановка мяча. Подвижная игра «Мяч капитану». Игра «В квадрате». Остановки грудью, бедром, спиной после соответственной передачи или удара о стену. Жонглирование с мячом. Отработка ударов на воротах с дистанции 12-15 метров. Изучение удара головой в прыжке. Изучение удара пяткой. Жонглирование мячом. Учебная игра. Жонглирование мячом. Ведение с последующим ударом в ворота.

5 Пионербол.

Теория

Правила и технические приёмы игры. Техника безопасности на занятиях.

Ведение счёта.

Практика

Стойки игрока, техника перемещения. Бег приставными шагами в различных направлениях. Стойки и бег с остановками. Выпады, бег в стойках. Подачи мяча. Перебрасывание через сетку в игре. Финты с передачами и бросками. Броски в прыжке. Броски на сетку в прыжке в сторону, противоположную направлению движения. Передачи с разных точек в разные зоны. Броски одной и двумя руками. Спортивные соревнования по командам.

6 Общефизическая подготовка и спортивные игры.

Теория

Игра как средство физического воспитания, и значение на уроках, занятиях.

Развитие игр, классификация эстафет.

Практика

Игры способствующие развитию быстроты. Игры способствующие развитию ловкости. Игры для развития скоростно-силовых способностей. Игры для развития силы. Игры по развитию координации движения. Игры с мячами, ракетками, кеглями, флажками, палками. Игры с элементами спортивных игр.

7 Спортивные игры.

Практика

Спортивная игра «Волейбол». Спортивная игра «Футбол». «Весёлые старты» между командами классов.

8 НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС

Практика

Подачи: чередование и выполнение серии различных подач (с верхним, нижним, смешанным вращением). Отражение подач и ударов: «накатами, подрезами подставками». Удары по укороченному мячу, «топ-спиной». Сочетание подач с атакующими и защитными ударами. Парные игры. Завершающий удар в центр стола, вблизи сетки, на край стола. Контр удар. Групповые технико-тактические действия в нападении и защите. Понятие о системах ведения игры в нападении и защите. Командные тактические комбинации. Техника перемещений в нападении. Выбор позиции, темпа. Игра атакующего против защитника

9 Весёлые старты.

Практика

Игра как средство физического воспитания, значение на уроках, занятиях.

Развитие игр, классификация эстафет. Т.Б. при проведении игр. Игры с флажками. Игры с шарами. Игры с палками. Игры с элементами спортивных игр. Игры народов мира. Эстафеты «Самый быстрый», Эстафеты «Самый сильный», Эстафеты «Самый ловкий», Эстафеты «Самый гибкий», Весёлые старты «Быстрее, выше, сильнее», «День прыгуна», «День бегуна»

10 Итоговое занятие.

Теория

Подведение итогов и анализ деятельности детского объединения «Спортивные игры»

IV. Планируемые результаты

Предметные результаты освоения программы.

По окончании обучения учащиеся должны знать:

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- личностные результаты – готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- метапредметные результаты – освоенные учащимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- предметные результаты – освоенный учащимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы дополнительного образования по спортивно-оздоровительному направлению является формирование следующих умений:

- определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор* при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы дополнительного образования по спортивно-оздоровительному направлению является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- *определять и формулировать* цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- *проговаривать* последовательность действий;
- уметь *высказывать* своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь *работать* по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;

- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками *давать* эмоциональную *оценку* деятельности команды на занятии.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всей команды;

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные УУД:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. *Слушать* и *понимать* речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание учащимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы дополнительного образования будет сознательное отношение учащихся к собственному здоровью.

В итоге реализации программы дополнительного образования по спортивно-оздоровительному направлению учащиеся *должны знать:*

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- основы рационального питания;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепление здоровья;
- основы развития познавательной сферы;
- свои права и права других людей;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья; *и должны уметь:*
- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;

- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своём здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

В результате реализации программы дополнительного образования по формированию культуры здоровья у учащихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, учащиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

В ходе реализации программы дополнительного образования по спортивно-оздоровительному направлению учащиеся *смогут узнать*:

- значение волейбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий волейболом;
- названия разучиваемых технических приёмов игры и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, а также выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности, требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований;
- жесты волейбольного судьи;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола; и смогут научиться:
- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях ;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях ;
- играть с соблюдением основных правил;

V. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение программы

Занятия проводятся в спортивном зале школы, где есть необходимое оборудование инвентарь, методическая литература для проведения занятий.

Методическое обеспечение

- Схемы и плакаты освоения техники спортивных игр.
- Правила спортивных игр.
- Учебники по физической культуре

Методические рекомендации:

- Рекомендации по организации безопасного поведения в спортивном зале.
- Инструкции по охране труда.

Кадровое обеспечение

Программа может реализовываться учителями физической культуры имеющих среднее – специальное или высшее образование, без требований к уровню, профессиональной категории.

VI. Формы аттестации

Сроки	Формы отслеживания	Объект отслеживания	Методы отслеживания
сентябрь	Стартовая диагностика	Наличие знаний, умений и навыков, предусмотренных программой на начало года.	Собеседование, наблюдение.
октябрь	Промежуточная аттестация	Диагностика уровня сформированности знаний, умений и навыков по итогам 1 четверти.	Тестирование, практические задания.
декабрь	Промежуточная аттестация	Диагностика уровня сформированности знаний, умений и навыков по итогам 2 четверти.	Тестирование, практические задания.
март	Промежуточная аттестация	Диагностика уровня сформированности знаний, умений и навыков по итогам 3 четверти.	Тестирование, практические задания.
май	Промежуточная аттестация	Диагностика уровня сформированности знаний, умений и навыков по итогам 4 четверти.	Тестирование, практические задания.
май	Итоговая аттестация	Диагностика уровня сформированности знаний, умений и навыков по итогам года.	соревнования по итогам года.

VII МАТЕРИАЛЬНО - ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Необходимое количество Основная школа	Примечание
1	Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)		
1.1	Стандарт основного общего образования по физической культуре	Д	Стандарт по физической культуре, примерные программы, авторские рабочие программы входят в состав обязательного программно-методического обеспечения кабинета по физической культуре (спортивного зала)
1.2	дополнительная программа по Спортивным играм.	д	
1.3	<p>Учебники и пособия, <i>Амелин А.Н.</i> Современный настольный теннис. – М.:ФиС, 2005 . <i>Матыцин О.В.</i> Многолетняя подготовка юных спортсменов. – М.: «Теория и практика физической культуры», 2001.</p> <p><i>В. И. Лях.</i> Физическая культура. Тестовый контроль. 5—9 классы (серия «Текущий контроль»).</p> <p><i>Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов.</i> Внеурочная деятельность учащихся. Лёгкая атлетика (серия «Работаем по новым стандартам»).</p> <p><i>Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов.</i> Внеурочная деятельность учащихся. Футбол (серия «Работаем по новым стандартам»).</p> <p><i>Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов.</i> Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол (серия «Работаем по новым стандартам»)</p>	К	<p>Учебники, рекомендованные Министерством образования и науки Российской Федерации, входят в библиотечный фонд</p> <p>Методические пособия и тестовый контроль к учебникам входят в библиотечный фонд</p>
1.5	Учебная, научная, научно-популярная литература по физической культуре и спорту, олимпийскому движению	Д	В составе библиотечного фонда
1.6	Методические издания по физической культуре для учителей	д	Методические пособия и рекомендации, журнал «Физическая культура в школе»
1.7	Федеральный закон «О физической культуре и спорте»	д	В составе библиотечного фонда
2	Демонстрационные учебные пособия		
2.1	Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности	д	
2.2	Плакаты методические	д	

2.3	Портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры, спорта и олимпийского движения	Д	
4	Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование		
4.1	Стенка гимнастическая		
4.2	Бревно гимнастическое напольное		
4.3	Канат для лазанья с механизмом крепления	Г	
4.4	Козёл гимнастический	Г	
4.5	Мост гимнастический подкидной	г	
4.6	Скамейка гимнастическая жёсткая	г	
4.7	Комплект навесного оборудования	г	
4.8	Скамья атлетическая наклонная	г	
4.9	Секундомер	г	
4.10	Коврик гимнастический	г	
4.11	Сетка для переноса малых мячей	г	
4.12	Маты гимнастические		
4.13	Мяч набивной (1 кг, 2 кг)	к	
4.14	Мяч малый (теннисный)		
4.15	Скакалка гимнастическая	К	
4.16	Палка гимнастическая	К	
4.17	Обруч гимнастический	К	
<i>Лёгкая атлетика</i>			
4.18	Планка для прыжков в высоту	д	
4.19	Стойка для прыжков в высоту	д	
4.20	Флажки разметочные на опоре	Г	
4.21	Рулетка измерительная (10 м,)	д	
4.22	Номера нагрудные	Г	
<i>Подвижные и спортивные игры</i>			
4.23	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой	д	
4.24	Щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой	Г	
4.25	Мячи баскетбольные для мини-игры	Г	
4.26	Сетка для переноса и хранения мячей	Д	
4.27	Жилетки игровые с номерами	Г	
4.28	Стойки волейбольные универсальные	д	
4.29	Сетка волейбольная	д	
4.30	Мячи волейбольные	г	
4.31	Компрессор для накачивания мячей	д	
4.32	Ворота для мини-футбола	д	
4.33	Сетка для ворот мини-футбола	д	
4.34	Мячи футбольные	г	
4.35	Мячи для ручного мяча	Г	
4.36	Ворота для ручного мяча	д	
<i>Средства первой помощи</i>			
4.37	Аптечка медицинская	д	
5	Спортивные залы (кабинеты)		
5.1	Спортивный		С раздевалками для мальчиков и девочек
5.2	Кабинет учителя		Включает в себя рабочий стол, стулья, сейф, книжные шкафы (полки),

			шкаф для одежды
5.3	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования		Включает в себя стеллажи, контейнеры

Примечание. Количество учебного оборудования приводится в расчёте на один спортивный зал. Конкретное количество средств и объектов материально-технического оснащения указано с учётом средней наполняемости класса (26—30 учащихся). Условные обозначения: Д — демонстрационный экземпляр (1 экз.); К — комплект (из расчёта на каждого учащегося, исходя из реальной наполняемости класса); Г — комплект, необходимый для практической работы в группах.

VIII. Список литературы

Список литературы

1. *Амелин А.Н.* Современный настольный теннис. – М.:ФиС, 2005 .
2. *Амелин А.Н., Пашинин В.А.* Настольный теннис (Азбука спорта).- М.:ФиС, 2007
3. *Байгулов Ю.П., Романин А.Н.* Основы игры. М.,ФиС,2001
4. *Байгулов Ю.П.* Настольный теннис: Вчера, сегодня, завтра. – М.:ФиС,2000 .
5. *Г.В.Барчукова, В.М.БОГУШАС, О.В.МАТЫЦИН.* Теория и методика.М., Академия, 2006.
6. *Барчукова Г.В.* Современные подходы к формированию технико-тактического мастерства игроков. – М.: РГАФК,2007.
7. *Вартамян М.М., Команов В.В.* Беседы о настольном теннисе. *Методика и практика.* Москва. 2010.
8. *Захаров Г.С.* Настольный теннис: Теоретические основы. – Ярославль: Верхне – Волжское кн. из-во, 2000.
9. *Донской Д.Д.* Спортивная техника. М., ФиС2002.
10. *Матыцин О.В.* Многолетняя подготовка юных спортсменов. – М.: «Теория и практика физической культуры», 2001.
11. *Филин В.П.* Тем, кто тренирует юных. Теория и практика физической культуры №2 2001.
12. *Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов.* Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол (серия «Работаем по новым стандартам»).Москва.2015.
13. *Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов.* Внеурочная деятельность учащихся. Футбол (серия «Работаем по новым стандартам»).
14. *Былеева Л.В.* Подвижные игры, М.,ФиС, 2000 .