

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Романовская средняя общеобразовательная школа»**

ПРИЛОЖЕНИЕ
К ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ,
утвержденной приказом № 129-од от 29.08.2022 г.

Программа дополнительного образования

«Школьный спортивный клуб»

Направленность программы: **физкультурно-спортивная**

Возраст детей, осваивающих программу: **12-17 лет**

Срок реализации программы: **1 год (2022 – 2023 учебный год)**

Уровень: **базовый**

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Школьный спортивный клуб» разработана на основе:

следующих федеральных документов

Федерального закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Федерального закона от 14.12.2007 №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

Приказ Министерства спорта РФ от 27.12.2013 №1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;

«Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» от 04.07.2014 года (СанПиН 2.4.4.3172-14);

Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (№ 996-р от 29.05.15);

Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020г. (Распоряжение правительства РФ от. 07.08.2009г. №1101-р).

Приказ Министерства образования науки России №1065 от 13.09.2013г. «Об утверждении порядка осуществления деятельности школьных спортивных клубов и студенческих спортивных клубов»;

Приказ Минобрнауки России от 28.12.2010 №2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»;

Приказ Минобрнауки России от 04.10.2010 №986 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и учебных помещений».

Методические рекомендации Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации «По созданию и организации деятельности школьных спортивных клубов» от 10 августа 2011 года №МД-1077/19 (НП-02-07/4568);

локальных нормативных актов учреждения:

Устав МБОУДО ДДЮТ;

Положение о дополнительных общеразвивающих программах, реализуемых в МБОУДО ДДЮТ;

Положение о наполняемости групп и режиме занятий в детских объединениях;

Положение о порядке приема, перевода и отчисления учащихся.

Актуальность программы

Программа «Школьного спортивного клуба» призвана сформировать у учащихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, в организации здорового образа жизни. В программе представлены доступные для учащихся упражнения,

способствующие овладению элементами техники и тактики спортивных игр, развитию физических способностей. Программа предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с учащимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту. Материал программы предполагает изучение базовых основ следующих спортивных игр: баскетбол, бадминтон, хоккей на валенках и флорбол, таких спортивных направлений как черлидинг и эстафетные игры в формате «Веселых стартов», а также шахматы.

В программе отражены основные принципы спортивной подготовки учащихся:

принцип *системности* предусматривает тесную взаимосвязь содержания соревновательной деятельности и всех сторон учебно-тренировочного процесса: физической, технической, тактической, психологической, интегральной, теоретической подготовки; воспитательной работы; восстановительных мероприятий; педагогического и медицинского контроля.

принцип *вариативности* предусматривает в зависимости от подготовки, индивидуальных особенностей учащихся вариативность программного материала для практических занятий, характеризующихся разнообразием тренировочных средств и нагрузок, направленных на решение определенной педагогической задачи.

Цель программы – укрепление здоровья, развитие физических и морально-волевых качеств учащихся через вовлечение в игровые виды спорта.

Задачи:

Обучающие:

- обучение базовой технике и тактике указанных спортивных игр и направлений;

- формирование у учащихся необходимых теоретических знаний по избранным видам спорта и направлений;

Развивающие:

- развивать физические качества (выносливость, быстроту, ловкость, силу, координацию движений);

- развивать навыки командного взаимодействия.

Воспитательные:

- формировать волевые и морально-этические качества личности;

- формировать потребность в систематических занятиях спортом;

- воспитывать навыки здорового образа жизни.

Организационно-педагогические условия

Форма обучения – очная.

Формы организации образовательной деятельности учащихся:
групповая, подгрупповая, индивидуально-групповая.

Формы занятий:

– учебное занятие;

– тренировка;

- игра;
- эстафета;
- соревнование.

Режим организации занятий:

1 раз в неделю по 1 академическому часу. Итого за учебный год – 34 часа.

Используемые технологии обучения: здоровьесберегающие, игровые.

Материально-техническое обеспечение:

спортивные залы, стадион,
ракетки, воланы,
мячи для баскетбола и флорбола,
клюшки флорбольные и для хоккея с мячом,
ворота для флорбола (2 шт.),
шахматы, шахматные доски, часы,
помпоны, маты, эстафетные палочки, фишки.

Планируемые результаты

В результате освоения программы учащиеся:

будут знать базовые правила вышеуказанных спортивных игр и направлений;

освоят основные технические навыки владения баскетбольным мячом, клюшкой для флорбола и хоккея с мячом, ракетки для бадминтона;

разовьют скоростно-силовые качества, ловкость, выносливость;

приобретут тактические игровые навыки, в том числе в игре в шахматы;

приобретут навыки командного взаимодействия;

укрепят здоровье;

приобретут опыт участия в соревнованиях.

Система оценки результатов освоения программы.

Для оценки результативности реализации программы используются следующие формы контроля:

педагогическое наблюдение;

сдача контрольных нормативов по ОФП;

участие в соревнованиях.

Промежуточная аттестация проводится в мае в форме сдачи контрольных нормативов по физической подготовке. Итоговая аттестация по программе проходит путем участия в соревнованиях по виду спорта во Всеволожском районе и в Ленинградской области (в соответствии с региональным положением).

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	ТЕМА ЗАНЯТИЯ	Всего часов	В том числе:		Форма контроля и аттестации учащихся
			Теория	Практика	
2	Баскетбол	5		5	Сдача контрольных нормативов, игры и соревнования
2.1	Техника ведение мяча. Упражнения в ловле и передачах.	1		1	
2.2	Технические приемы баскетболиста.	1		1	
2.3	Тактические комбинации игры	1		1	
2.4	Тактические комбинации игры	1		1	
2.5	Совершенствование навыков игры	1		1	
3	Шахматы	4	1	3	Сдача контрольных нормативов, игры и соревнования
3.1	Сложные правила: рокировка, взятие на проходе. Правила поведения на соревнованиях.	1	1		
3.2	Принципы разыгрывания дебюта. Основные простейшие дебютные схемы.	1		1	
3.3	Реализация материального перевеса.	1		1	
3.4	Изучение простейших эндшпильных ситуаций с малым количеством пешек.	1		1	
4	Бадминтон	5	1	4	Сдача контрольных нормативов, игры и соревнования
4.5	Техника игры бадминтон	1	1		
4.6	Совершенствование двигательных умений и навыков	1		1	
4.7	Закрепление техники подач	1		1	
4.8	Закрепление техники подач	1		1	
4.9	Совершенствование техники игры в бадминтон	1		1	
5	Хоккей на валенках	6	1	5	Сдача контрольных нормативов, игры и соревнования
5.1	Знакомство с инвентарем для игры на валенках	1	1		
5.2	Техника и тактика игры хоккея на валенках	1		1	
5.3	Техника и тактика игры хоккея на валенках	1		1	

5.4	Техника ведения мяча на месте и в движении	1		1		
5.5	Техника приема и передачи мяча. Игра вратаря	1		1		
5.6	Совершенствование игровых навыков	1		1		
6	Черлидинг	5	1	4		Сдача контрольных нормативов, игры и соревнования
6.1	Основные ошибки и травматизм при выполнении сложных элементов.	1	1			
6.2	Базовые шаги в черлидинге	1		1		
6.3	Базовые прыжки в черлидинге	1		1		
6.4	Составление связок соединении их в танцевальную комбинацию	1		1		
6.5	Отработка танцевальной комбинации под музыку	1		1		
7	Флорбол	5	1	4	Сдача контрольных нормативов, игры и соревнования	
7.1	Происхождение и первоначальное развитие флорбола	1	1			
7.2	Техника владения клюшкой и мячом: защиты, нападения, игры вратаря	1		1		
7.3	Тактика игры в нападении	1		1		
7.4	Тактика игры в нападении	1		1		
7.5	Тактика игры в защите	1		1		
8	Веселые старты	4		4	Сдача контрольных нормативов, игры и соревнования	
8.1	Легкоатлетические упражнения. Подвижные игры	1		1		
8.2	«Эстафета «Передвижение на лыжах»	1		1		
8.3	«Эстафета футболистов»	1		1		
8.4	«Эстафета баскетболистов»	1		1		
	ИТОГО	34	5	29		

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Баскетбол (5 часов).

Техника ведения и остановки мяча, технические приемы (броски, передача мяча, прием мяча, обводка). Упражнения в ловле и передачах. Технические приемы баскетболиста. Тактические комбинации игры. Совершенствование навыков игры в соревнованиях между командами среди параллели.

2. Шахматы (4 часа).

Сложные правила: рокировка, взятие на проходе. Правила поведения на соревнованиях. Принципы разыгрывания дебюта. Основные простейшие дебютные схемы. Реализация материального перевеса. Изучение простейших эндшпильных ситуаций с малым количеством пешек.

3. Бадминтон (5 часов).

Техника игры бадминтон. Совершенствование двигательных умений и навыков. Закрепление техники подач. Совершенствование техники игры в бадминтон.

4. Хоккей на валенках (6 часов).

Знакомство с инвентарем для игры на валенках. Техника и тактика игры хоккея на валенках. Техника ведения мяча на месте и в движении. Техника приема и передачи мяча. Совершенствование игровых навыков.

5. Черлидинг (5 часов).

Основные ошибки и травматизм при выполнении сложных элементов. Базовые шаги в черлидинге. Базовые прыжки в черлидинге. Составление связок соединение их в танцевальную комбинацию. Отработка танцевальной комбинации под музыку

6. Флорбол (5 часов).

Происхождение и первоначальное развитие флорбола. Появление и развитие современного флорбола. Техника владения клюшкой и мячом: защиты, нападения, игры вратаря. Тактика игры в нападении. Тактика игры в защите.

7. Веселые старты (4 часа).

Эстафеты встречные и комбинированные с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, переноской, с расставлением и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов (приложение).

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Аулик И. В. Как определить тренированность спортсмена. - М, ФиС, 1977.
2. Бриль М. С. Отбор в спортивных играх. - М.; Физкультура и спорт, 1980.
3. Былеева Л.В., Короткое И.М. Подвижные игры. Пособие для институтов физической культуры. - М., ФиС, 1982.
4. Баженов Л.А. Правила соревнований и технические приемы во флорболе. Журнал физическая культура в школе, 1999, №5 и №6.
5. Баженов А. А. Флорбол. Тактика игры. Журнал физическая культура в школе, 2000, №1 и №2
6. Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. Пособие для воспитателя детского сада. - М., Просвещение. 1981.
7. Горелик В. С. Ступеньки шахматной игры. – Днепропетровск, 2000
8. Громаков В.С., Малыгин Е.В., Невмянов А.М., Сверкунова Г.Л., Обучение и тренировка вратаря в хоккее на траве. Методические рекомендации. - М., 1985.
9. Губницкий С. Б., Хануков М. Г., Шедей С. А. Полный курс шахмат. 64 урока.– Харьков: Фолио: - М.: АСТ, 1999
10. Деркач А.А., Исаев А.А. Педагогическое мастерство тренера. -М.; Физкультура и спорт, 1981.
11. Детская спортивная медицина: Руководство для врачей / Под ред. С.Б. Тихвинского, С.В. Хрущева. - М.; Медицина. 1991.
12. История развития флорбола. Сборник «Современные проблемы и развитие физической культуры и спорта» - Архангельск: АГМА, 1998. - 20 с.
13. Корх А.Я. Тренер: деятельность и личность. Учебное пособие. - М.; Терра-Спорт, 2000.
14. Лебедева Н.Т. Двигательная активность в процессе обучения младших школьников, 1979.
15. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников: Пособие для учителя. — М., 1988.
16. Основы управления подготовкой юных спортсменов / Под ред. М.Я. Набатниковой. - М.; Физкультура и спорт, 1982.
17. Пожарский В. Шахматный учебник. - Ростов на Дону: Феникс, 1999
18. Портнов Ю.М., Полиевский С.А., Альмаданат А. Стретчинг и тейпирование в баскетболе. - М.; Физкультура, образование и наука, 1999.
19. Селуянов В.Н., Шестаков М.П. Определение одаренностей и поиск талантов в спорте. - М.; СпортАкадемПресс, 2000.

Интернет-ресурсы:

<http://school-sports.ru/> - Всероссийская федерация школьного спорта.

<http://школьныйспорт24.рф/> - Всероссийский рейтинг школьных спортивных клубов.

<https://kladraz.ru> – кладовая развлечений (спортивные эстафеты, игры и др.).

<https://ped-kopilka.ru> – педагогическая копилка идей (учебно-методические материалы).

<https://kopilkaurokov.ru> - педагогическая копилка уроков и занятий.