

Управление образования администрации Лабинский район
Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
средняя общеобразовательная школа №33 имени Е.П.Холодовой
станции Упорной Лабинского района

Принято
на заседании педагогического совета
протокол № 1 от 31 августа 2024 года

Утверждаю
Директор МОБУ СОШ №33
ст. Упорной
С.О.Бегунова.
«31» августа 2024г.



ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Физкультурно – спортивной направленности

спортивной секции «Спортивные игры»

Уровень ознакомительный
Срок реализации (общее количество часов) 1 год, 144 часа
Возрастная категория от 11 до 13 лет
Форма обучения – очная
Вид программы: модифицированная
Программа реализуется на бюджетной основе
ID - номер программы в Новигаторе: 163283

Разработчик
учитель физической культуры
Полицковой Владимир Васильевич

ст. Упорная, 2024

Пояснительная записка

Программа составлена на основе «Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов», В.И.Лях, А.А. Зданевич. – М.Просвещение, 2010. Срок реализации программы – 1 год. Уровень обучения – ознакомительный.

Программа предусматривает проведение теоретических и практических занятий, сдачу контрольных нормативов, участие в соревнованиях. В секцию принимаются дети, допущенные врачом к занятиям физической культурой.

Цель занятий:

- формирование интереса и потребности школьников к занятиям физической культурой и спортом, популяризация игры в волейбол и баскетбол среди учащихся школы, пропаганда ЗОЖ;
- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
- обучение учащихся жизненно важным двигательным навыкам и умениям;

Задачи занятий:

- овладеть теоретическими и практическими приёмами игры в волейбол и баскетбол;
- участвовать в спартакиаде школы и в районных соревнованиях по волейболу;
- развивать у учащихся основные двигательные качества: силу, ловкость, быстроту движений, скоростно-силовые качества;
- воспитывать у учащихся нравственные качества: целеустремлённость, организованность, дисциплинированность и умение мобилизовать в нужный момент свои физические и духовные силы;
- воспитывать у учащихся волевые и психологические качества: смелость, решительность, настойчивость, волю к победе.

Для более успешного решения задач необходимо иметь чёткое планирование учебно-тренировочной работы, которое предусматривает следующую документацию:

- программа спортивной секции «спортивные игры»;
- календарно-тематическое планирование;
- журнал учёта работы, посещаемости.

В процессе учебно-тренировочных занятий учащиеся овладевают техникой и тактикой игры, на методических занятиях учащиеся приобретают навыки судейства и навыки инструктора. С этой целью в учебно-тренировочных группах, на занятиях назначать помощников тренера и давать им задания по проведению упражнений по общей физической подготовке, по обучению и совершенствованию техники и тактики игры. Занятия по спортивным играм должны носить учебно-тренировочную направленность. Задачами учебной практики являются: овладение строевыми командами, подбором упражнений по общей физической подготовке (разминки), методики проведения упражнений и отдельных частей занятия. Судейство учебно-тренировочных игр должно осуществляться самими занимающимися, после того как будет изучен раздел «Правила игры» и методика судейства. Необходимо научить занимающихся организовывать соревнования в группе, в школе, в летнем лагере. Каждый

должен уметь вести технический протокол игры, уметь по форме составить заявку на участие в соревнованиях, таблицу учёта результатов.

Важнейшим принципом обучения на занятиях является принцип дифференцированного обучения и индивидуальный подход к каждому ученику.

Метапредметные результаты

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;
- умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности.

Предметные результаты

- 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 физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учётом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;
- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую помощь при лёгких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, 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 физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность её воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;

- формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

Программа ориентирована на учащихся 11-13 лет (5 – 6 класс).
Планирование рассчитано на 2 часа в неделю, 72(волейбол) часа,
72 (баскетбол) часа в год.

Учебно-тематический план «волейбол»

№ п/п	Наименование темы	Количество часов		
		всего	теоретичес- кие	практичес- кие
1.	Физическая культура и спорт в России.	1	1	-
2.	Сведения о строении и функциях организма занимающихся	1	1	-
3.	Влияние физических упражнений на организм занимающихся волейболом.	1	1	-
4.	Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение травматизма	1	1	-
5.	Правила соревнований, их организация и проведение	17	-	17
6.	Общая и специальная физическая подготовка	41	-	41
7.	Основы техники и тактики игры	9		9
8.	Учебные игры и соревнования			
	Итого:	72	5	67

Учебно-тематический план «баскетбол»

№ п/п	Наименование темы	Количество часов		
		всего	теоретичес- кие	практичес- кие
1.	Влияние физических упражнений на организм занимающихся баскетболом	1	1	-
2.	Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение травматизма	1	1	-
3.	Правила соревнований, их организация и проведение	1	1	-
4.	Общая и специальная физическая подготовка	17	-	17
5.	Основы техники и тактики игры	42	-	42
6.	Учебные игры и соревнования	10		10
	Итого:	72	5	67

Физическая подготовленность

№ п/п	Содержание требований (вид испытаний)	Девочки	мальчики
1	2	3	4
1.	Бег 30 м с высокого старта (с)	5,0	4,9
2.	Бег 30 м (6х5) (с)	11,9	11,2
3.	Прыжок в длину с места (см)	150	170
4.	Прыжок вверх, отталкиваясь двумя ногами с разбега (см)	35	45
5.	Метание набивного мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками: сидя (м), в прыжке с места (м)	5,0 7,5	6,0 9,5

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР»
ГОРОДА ЛАБИНСКА МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЛАБИНСКИЙ РАЙОН
(МКУ ИМЦ ГОРОДА ЛАБИНСКА)
ИНН 2314014142 КПП 231401001 ОГРН 1022302349684
352500, РФ, Краснодарский край, г. Лабинск,
ул. Агрономическая, 5 Тел.: (861-69) 3-49-80
от 30.08.2024г. № 535

Рецензия
на дополнительную
общеобразовательную
общеразвивающую программу
«Спортивные игры» учителя
физической культуры МОБУ СОШ №
33 им. Е.П. Холодовой ст. Упорной
Лабинского района
Полицкого Владимира Васильевича

Программа «Спортивные игры» физкультурно-спортивной направленности рассчитана на 144 часа (один год обучения) и предназначена для обучающихся от 11 до 13 лет.

Цель занятий:

- формирование интереса и потребности школьников к занятиям физической культурой и спортом, популяризация игры в волейбол среди учащихся школы, пропаганда ЗОЖ;
- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
- обучение учащихся жизненно важным двигательным навыкам и умениям;

Актуальность данной программы состоит в том, что спортивные игры являются важнейшим средством развития физической активности школьников. В основе спортивных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определенной, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания.

Важнейшим принципом обучения на занятиях является принцип дифференцированного обучения и индивидуальный подход к каждому ученику.

В процессе учебно-тренировочных занятий учащиеся овладевают техникой и тактикой игры, на методических занятиях учащиеся приобретают навыки судейства и навыки инструктора. С этой целью в учебно-тренировочных группах, на занятиях назначать помощников тренера и давать им задания по проведению упражнений по общей физической подготовке, по обучению и совершенствованию техники и тактики игры.

Программа предусматривает проведение теоретических и практических занятий, сдачу контрольных нормативов, участие в соревнованиях.

Рецензируемая программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» интересна по содержанию и пошагово расписана для педагогической деятельности. Программа является своевременным пособием для учителей физической культуры и рекомендована к использованию в учебном процессе для внеурочной работы с обучающимися Лабинского района.

Директор МКУ ИМЦ города Лабинска

Рецензент:

Методист МКУ ИМЦ города Лабинска



С.И. Клименко

С.Ю. Арепьева

УДОСТОВЕРЕНИЕ О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

Полицковой
(фамилия, имя, отчество)

Владимир Васильевич

с **27 июля 2023** г. по **15 августа 2023** г.

прошел(-ла) обучение в (на) **ООО «Московский институт**
(наименование)

профессиональной переподготовки
образовательного учреждения (подразделения) дополнительного профессионального образования)

и повышения квалификации педагогов»

по **программе повышения квалификации**
(наименование проблемы, темы, программы дополнительного профессионального образования)

**«Организация обучения в сфере дополнительного образования с
учётом требований федерального законодательства в области
образования и воспитания детей»**

в объеме

72 часов

(количество часов)



Ректор (директор)

Секретарь

Регистрационный номер **54564**

ПК № 0054742

Город **Москва**

Год **2023**

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ

федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Армавирский государственный педагогический университет»



УДОСТОВЕРЕНИЕ

О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

2312 01798375

Документ о квалификации

Регистрационный номер

0323/25

Город Армавир

Дата выдачи

28.03.2025

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

Полицкой
Владимир Васильевич

прошел(а) повышение квалификации в

федеральном государственном бюджетном образовательном
учреждении высшего образования
«Армавирский государственный педагогический университет»

по дополнительной профессиональной программе

*"Современные подходы к методике преподавания
самбо при реализации ФГОС в школе"*

17.03.2025 г. - 28.03.2025 г.

в объеме

72 часов



Руководитель

Секретарь

Е.В. Волобуева

Л.Р. Усоян

Общество с ограниченной ответственностью
«Высшая школа делового администрирования»
Лицензия на осуществление образовательной деятельности
Регистрационный номер реестра лицензий: № ЛО35-01277-66/00194212
Приказ о предоставлении лицензии № 350-ли от 03 апреля 2018

УДОСТОВЕРЕНИЕ

О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

КПК 4379821204

Документ о квалификации

Регистрационный номер
0372075

Город
Екатеринбург

Дата выдачи
11 августа 2025 года

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

Полицковой Владимир Васильевич

прошел(а) повышение квалификации в (на)
ООО «Высшая школа делового администрирования»
с 04 августа 2025 г. по 11 августа 2025 г.

по дополнительной профессиональной программе
«Организация образовательного процесса для обучающихся с
ОВЗ в условиях реализации ФГОС: инклюзивное образование,
индивидуальный план, адаптированные образовательные
программы»
в объеме 72 ч.

за время обучения сдал(а) экзамены и зачёты по учебным предметам
(курсам, дисциплинам, модулям):

Наименование	Объём часов	Оценка
Нормативно-правовые документы регламентирующие организацию обучения детей с ОВЗ	20	зачёт
Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся с ОВЗ	16	зачёт
Адаптированные образовательные программы для обучающихся с ОВЗ	20	зачёт
Кадровое и материально-техническое обеспечение ФГОС обучающихся с ОВЗ	14	зачёт
Итоговая аттестация	2	зачёт



Руководитель
учебного управления

Секретарь

Д.П. Смульский

И.В. Бабина

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

Полицкой Владимир Васильевич

с 05 августа 2025 г. по 17 августа 2025 г.

прошел(а) повышение квалификации в (на)

ООО «Институт развития образования,
повышения квалификации и переподготовки»

УДОСТОВЕРЕНИЕ

о повышении квалификации

193105468682

по дополнительной профессиональной программе

Методика обучения дисциплине «Физическая культура»
в начальной, основной и средней школе в условиях
реализации ФГОС НОО, ООО и СОО третьего
поколения

Документ о квалификации

Регистрационный номер

443581

Город

Абакан

Дата выдачи

18 августа 2025 г.

в объёме

72 часа



Руководитель

Секретарь

Д.Н. Сергоманов

Е.В. Клапова