

Министерство образования и науки Смоленской области
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
“Лицей 1 имени академика Б. Н. Петрова”

Принята на заседании педагогического
совета
от «30»«08» 2024
протокол №1

Утверждаю:
Директор лицея
_____ Г. А.
Моисеенков
Приказ № 270 от
«30»«08» 2024

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Баскетбол»**

Возраст обучающихся: 13-15 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель: Брикин Кирилл
Владимирович, педагог
дополнительного образования

І.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная программа «Баскетбол» является программой физкультурно-спортивной направленности, разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми актами Российской Федерации и образовательного учреждения:

- Федеральный Закон РФ от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказ Министерства Просвещения РФ от 27.07.2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 года №678-р;

- Постановление Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 № 28 СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Приказ Минтруда и социальной защиты населения Российской Федерации от 5 мая 2018 г. № 298 н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- Письмо Министерства просвещения РФ от 19.03.2020 № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» («Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»);

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

- Устав МБОУ «МБОУ Лицей №1 им.академика Б.Н.Петрова».

Актуальность программы: программы заключается в том, что она направлена на удовлетворение потребностей обучающихся в активных формах двигательной деятельности, обеспечивает физическое, психическое и нравственное оздоровление обучающихся

Педагогическая целесообразность: Целесообразность программы заключается в том, что занятия по ней позволят учащимся восполнить недостаток навыков и овладеть необходимыми приёмами игры во внеурочное время, так как количество учебных часов, отведённых на изучение раздела «волейбол» в школьной программе недостаточно для качественного овладения игровыми навыками и в особенности тактическими приёмами.

Новизна программы: является ее воспитательное и профилактическое взаимодействие с каждым учащимся. Проводятся индивидуальные занятия, беседы, мероприятия для достижения результата. Учитываются индивидуальные физические особенности каждого ребенка. Программа предусматривает изучение учащимися истории волейбола, участие в соревнованиях, организационно – судейскую практику

Адресат программы: подростки в возрасте 13-15 лет.

Доступность программы для различных категорий детей

Программа предусматривает обучение детей с выдающимися способностями. При работе с этой категорией детей применяются элементы технологии разноуровневого обучения. Для этих обучающихся предусмотрено участие в конкурсах, фестивалях, выставках, соревнованиях, олимпиадах различного уровня.

Программа подходит для работы с детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации. При работе с этой категорией детей используется технология педагогической поддержки. Обучаться по программе имеют возможность дети из малообеспеченных семей, так как она не предусматривает приобретение дорогостоящих материалов и специального оборудования.

Объем программы: 136 часов

Срок освоения программы: 1 год.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 академических часа продолжительностью 40 минут с 10 минутным перерывом после каждого часа на проветривание.

Формы организации учебного процесса: очная с применением электронного обучения.

Виды занятий:

- учебно-тренировочное занятие
- учебная игра

-соревнования

Цель программы : углублённое изучение спортивной игры баскетбол

Задачи

образовательные:

1. приобретение знаний о правилах игры в баскетбол;
2. формирование представлений о тактических действиях в ходе игры; получение первичного опыта выполнения тактических действий без мяча, с мячом;
3. формирование технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;
4. получение знаний о правилах соревнований и судейской терминологии;
5. приобретение знаний о технике нападения
6. совершенствование навыков техники игры в баскетбол;
7. приобретение навыков контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях, навыков регулирования психического состояния.

развивающие:

1. развитие познавательного интереса к игре в баскетбол;
2. развитие физических качеств: гибкости, ловкости, скоростно-силовых способностей и специальной тренировочной выносливости, быстроты реакции
3. развитие умения оценки складывающейся ситуации и внесения коррективов в ходе игры;
4. формирование коммуникативных умений быстро и слаженно работать в команде, строить продуктивное взаимодействие.

воспитательные:

1. формирование потребности к ведению здорового образа жизни, к занятиям спортивно оздоровительной деятельностью; в физическом самосовершенствовании, неприятие вредных привычек, курение, употребления алкоголя, наркотиков;
2. выработка позитивного отношения к служению Отечеству, его защите;
- 3 формирование устойчивого интереса к занятиям данным видом спорта. формирование навыков сотрудничества со сверстниками в игре в волейбол;
4. развитие личностных качеств (ответственности, дисциплинированности, готовности к взаимопомощи);

Планируемые результаты

- **личностные:**
- навыки формирования собственной культуры здорового образа жизни;
- знания о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения;
- готовность и способность к саморазвитию и самообучению;
- готовность к личностному самоопределению;
- уважительное отношение к иному мнению;

- этические чувства доброжелательности, толерантности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам и обстоятельствам других людей;
- умение управлять своими эмоциями;
- дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- навыки творческого подхода в решении различных задач, к работе на результат;
- оказание бескорыстной помощи окружающим.
- **метапредметные:**
- *Познавательные универсальные учебные действия*
- - понимать физическую культуру, как явление культуры, способствующей развитию личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств, а также как средство организации здорового образа жизни и профилактики вредных привычек.
- *Регулятивные универсальные учебные действия*
- - добросовестно выполнять задания;
- - уметь организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;
- - поддерживать оптимальный уровень работоспособности в процессе учебной деятельности;
- - использовать занятия физической культурой для профилактики психического и физического утомления;
- - владеть широким арсеналом двигательных действий из базовых видов спорта, активно их использовать в самостоятельно-организуемой физкультурно-оздоровительной деятельности;
- - владеть способами наблюдения за показателями физического развития и физической подготовленности;
- - умение рационально распределять своё время в режиме дня.
- *Коммуникативные универсальные учебные действия*
- - владеть культурой речи, вести диалог в доброжелательной и открытой форме, проявлять к собеседнику внимание, интерес и уважение;
- - обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы;
- - владеть умением грамотно излагать и обосновывать свою точку зрения, доводить ее до собеседника.
- **предметные**
- - умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;
- - совершенствование знаний правил и жестов судей в баскетболе;
- - овладение навыками игры в баскетбол;
- - умение применять на практике правила игры в баскетбол

Условия реализации программы:

- спортзал оснащён всем нужным оборудованием, мячи ;

Виды и формы контроля

- **Вводный контроль** проводится в сентябре-месяце, в начале обучения ребенка по дополнительной общеобразовательной программе. Он проходит в форме игры, педагогического наблюдения
- **Текущий контроль** осуществляется на каждом занятии. Он проводится в форме педагогического наблюдения, анализа выполнения работ
- **Промежуточный контроль** осуществляется 1 раз в год в декабре-месяце. Формы проведения: практическое задание

Итоговый контроль проводится в мае месяце, в конце обучения ребенка по дополнительной общеобразовательной программе. Он проходит в форме учебной игры. Учебная игра в баскетбол организуется с применением необходимого спортивного оборудования. Каждому обучающемуся необходимо продемонстрировать максимально большее количество сформированных умений и навыков, за каждый из которых он получает 1 балл.

Максимальное количество баллов, которое можно набрать - 10 баллов.

Оценка освоения курса осуществляется в системе «зачет / незачет», для получения зачета необходимо набрать в ходе игры не менее 5 баллов.

II. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Выявление первичной подготовки	32	7	25	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра.
2.	Общая физическая подготовка	30	5	25	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра.
3	Техническая подготовка	40	6	34	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра.

4.	Изучение индивидуальных технических и тактических приемов	34	22	12	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра.
----	--	----	----	----	--

III. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

Раздел 1 . Выявление первичной подготовки 32 часа

Теория : Знакомство обучающихся друг с другом, выявление уровня первичной подготовки

Практика : Втягивающая тренировка. Специальные упражнения, свободная практика.

Раздел 2 Общая физическая подготовка 30 часов

Теория : Понятие ОФП. Функции ОФП

Практика : Физическая подготовка. Челночный бег, волейбол, бег, прыжки по лестницам, бег с изменением направления, работа с набивными мячами, прыжки через скамейки, запрыгивания на возвышенность. Подтягивание, приседание

Раздел 3 : Техническая подготовка 40 часов

Теория : Основы техники игры в баскетбол

Практика: Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком. Передвижение в стойке баскетболиста. Остановка прыжком после ускорения. Имитация защитных действий против игрока нападения. Имитация действий атаки против игрока защиты. **Передачи:** Двумя руками от груди с шагом вперед. Двумя руками от груди в движении. Передача одной рукой от плеча. Передача одной рукой с шагом вперед. То же после ведения мяча. Передача одной рукой с отскоком от пола. Передача двумя руками с отскоком от пола. Передача одной рукой снизу от пола. То же в движении. Ловля мяча после полуотскока. Ловля высоко летящего мяча. Ловля катящегося мяча, стоя на месте. Ловля катящегося мяча в движении. **Броски:** Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения. Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов. Одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.

Раздел 4 Изучение индивидуальных технических и тактических приемов 34 часа

Теория :Основные технико-тактические приёмы игры баскетбол

Практика :Изучение индивидуальных тактических действий в защите.

Двусторонняя

учебная игра. Игры, развивающие физические способности. Бег остановками и изменением направления.

IV. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	Месяц	Форма занятия	Колво часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	Сентябрь	Тренировка	2	Техника безопасности на занятиях в секции. История развития баскетбола. ОФП. Техника передвижений и остановок баскетболиста. Стойка баскетболиста. Специальная физическая подготовка	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра.
2.	Сентябрь	Тренировка	2	Совершенствование стоек баскетболиста. Остановки: двумя шагами; остановка прыжком. Ловли мяча. Остановка после движения прыжком и в 2-а шага. Техника ловли и передачи мяча. Развитие выносливости.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
3.	Сентябрь	Тренировка	2	Техника ловли мяча: ловля мяча на месте и в движении, ловля высоколетящего мяча, ловля катящегося мяча. Передача мяча без	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра

				движения. Правила игры баскетбол.		
4.	Сентябрь	Тренировка	2	Ловля и передача мяча в движении. Передачи мяча в парах, в тройках. Броски мяча в корзину со штрафной. Подвижная игра «Школьный баскетбол».	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
5.	Сентябрь	Тренировка	2	Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения. ОФП. Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
6.	Сентябрь	Тренировка Учебная Игра	2	Восстановительные мероприятия в спорте. Инструкторская и судейская практика. Учебная игра. Систематический врачебный контроль за юными спортсменами	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
7.	Сентябрь	Тренировка	2	Техника передачи мяча двумя руками от груди, тоже самое снизу с отскоком от пола на месте и в движении.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
8.	Сентябрь	Тренировка	2	Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. ОФП. Командные действия	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос.

				в нападении.		Учебная игра
9.	Октябрь	Тренировка Учебная Игра	2	Техника передачи мяча двумя руками от груди, тоже самое снизу с отскоком от пола на месте и в движении. Техника передачи мяча одной рукой от плеча, одной рукой с отскоком от пола	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
10.	Октябрь	Тренировка Учебная Игра	2	Ловля и передача мяча в движении. Передачи мяча в парах, в тройках. Броски мяча в корзину со штрафной. Подвижная игра «Школьный баскетбол».	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
11.	Октябрь	Тренировка	2	ОФП. Передачи мяча в парах, в тройках. Броски мяча в корзину со штрафной. Подвижная игра «Школьный баскетбол».	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
12.	Октябрь	Тренировка Учебная Игра	2	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствование техники передвижений. Специальная физическая подготовка.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
13.	Октябрь	Тренировка	2	Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча. Ведение с сопротивлением.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная

						игра
14.	Октябрь	Тренировка Учебная Игра	2	Совершенствование техники передвижений. Специальная физическая подготовка. Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
15.	Октябрь	Тренировка	2	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствование техники передвижений	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
16.	Октябрь	Тренировка	2	Специальная физическая подготовка. Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча. Ведение с сопротивлением.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
17.	Ноябрь	Тренировка Учебная Игра	2	Ведение мяча с поворотом кругом. ОФП. Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого сопротивления.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
18.	Ноябрь	Тренировка	2	ОФП. Ведение мяча с сопротивлением. Тактика «защиты». Учебная игра. Взаимодействие двух игроков - «заслон в движении». Предупреждение инфекционных заболеваний при занятиях спортом.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра

19.	Ноябрь	Тренировка	2	<p>Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения. ОФП.</p> <p>Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга.</p> <p>Восстановительные мероприятия в спорте.</p>	Спортзал	<p>Наблюдения.</p> <p>Вынесение оценочных суждений.</p> <p>Опрос.</p> <p>Учебная игра</p>
20.	Ноябрь	Тренировка Учебная Игра	2	<p>Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения. ОФП.</p> <p>Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга.</p> <p>Восстановительные мероприятия в спорте.</p>	Спортзал	<p>Наблюдения.</p> <p>Вынесение оценочных суждений.</p> <p>Опрос.</p> <p>Учебная игра</p>
21.	Ноябрь	Тренировка	2	<p>Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с поворотом кругом. ОФП.</p> <p>Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого сопротивления.</p> <p>Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита. Учебная игра..</p>	Спортзал	<p>Наблюдения.</p> <p>Вынесение оценочных суждений.</p> <p>Опрос.</p> <p>Учебная игра</p>
22.	Ноябрь	Тренировка	2	Сочетания приемов:	Спортзал	Наблюдения.

				<p>ведения, передач, бросков. Учебная игра. СФП. Зонная защита.</p> <p>Взаимодействие игроков в защите и нападении.</p> <p>Взаимодействие игроков при индивидуальной защите</p>		<p>Вынесение оценочных суждений.</p> <p>Опрос.</p> <p>Учебная игра</p>
23.	Ноябрь	Тренировка	2	<p>Учебная игра. СФП. Зонная защита..</p> <p>Тактика персональной защиты.</p> <p>Взаимодействие игроков при индивидуальной защите</p>	Спортзал	<p>Наблюдения.</p> <p>Вынесение оценочных суждений.</p> <p>Опрос.</p> <p>Учебная игра</p>
24.	Ноябрь	Тренировка Учебная Игра	2	<p>ОФП. Тактика персональной защиты.</p> <p>Взаимодействие игроков при индивидуальной защите. Тактика защиты и нападения.</p>	Спортзал	<p>Наблюдения.</p> <p>Вынесение оценочных суждений.</p> <p>Опрос.</p> <p>Учебная игра</p>
25.	Декабрь	Тренировка	2	<p>Двусторонняя игра по упрощенным правилам.</p> <p>Сочетание способов передвижения с выполнением различных технических приемов в усложненных условиях. Учебная игра.</p>	Спортзал	<p>Наблюдения.</p> <p>Вынесение оценочных суждений.</p> <p>Опрос.</p> <p>Учебная игра</p>
26.	Декабрь	Тренировка	2	<p>Действия одного защитника против двух нападающих. СФП. Применение изученных защитных стоек и</p>	Спортзал	<p>Наблюдения.</p> <p>Вынесение оценочных суждений.</p> <p>Опрос.</p> <p>Учебная</p>

				передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.		игра
27.	Декабрь	Тренировка Учебная Игра	2	Передачи мяча в тройках с продвижением вперед; комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии; заслоны; передачи на месте; броски в прыжке со средних расстояний. СФП.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
28.	Декабрь	Тренировка	2	Система зонной защиты 2 – 3, 2 – 1 - 2. Формы организации занятий в спортивной тренировке. ОФП. Совершенствование техники броска мяча.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
29.	Декабрь	Тренировка Учебная Игра	2	Учебная игра. ОФП. Воспитание нравственных и волевых качеств. Психологическая подготовка в процессе тренировки. СФП. Ведение мяча с переводом на другую руку.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
30.	Декабрь	Тренировка Учебная Игра	2	Ведение мяча с переводом на другую руку. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра

31.	Декабрь	Тренировка Учебная Игра	2	ОФП. Броски в корзину двумя руками сверху, от груди, снизу, с отскоком от щита, с места, в движении, ближние, прямо перед щитом, под углом к щиту	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
32.	Декабрь	Тренировка Учебная Игра	2	Броски в корзину одной рукой сверху, от плеча, снизу, с отскоком от щита, с места, в движении, в прыжке, прямо перед щитом, под углом к щиту, параллельно щиту. Учебная игра.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
33.	Январь	Тренировка Учебная Игра	2	Ведение мяча в низкой средней и высокой стойке на месте в движении по прямой с изменением направления движения и скорости с пассивным сопротивлением защитника.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
34.	Январь	Тренировка Учебная Игра	2	Скрытые передачи мяча. Взаимодействие игроков в нападении. СФП.. Правила игры и методика судейства. Переключения от действий в нападении к действиям в защите. СФП		Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
35.	Январь	Тренировка	2	ОФП. Совершенствование техники ловли и передачи мяча. Многократное	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос.

				выполнение технических приемов и тактических действий. Учебная игра.		Учебная игра.
36.	Январь	Тренировка	2	ОФП. Встречные передачи мяча; передачи в парах, тройках; передачи в «малой восьмерке». Совершенствование передач мяча. Ведение в движении. Эстафеты с элементами баскетбола. Ведение мяча в низкой средней и высокой стойке на месте в движении по прямой с изменением направления движения и скорости с пассивным сопротивлением защитника. Учебная игра.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
37.	Январь	Тренировка	2	Ведение мяча на месте и в движении по прямой и по кругу, с изменением направления и скорости движения. Выполнять перемещение в защитной стойке, передачи во встречном движении, передачи после поворотов на месте; применять изучаемые приемы в учебной игре. Учебная игра. ОФП. Закрепление техники ловли мяча,	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра

				отскочившего от щита.		
38.	Январь	Тренировка	2	Выполнять перемещение в защитной стойке, передачи во встречном движении, передачи после поворотов на месте; применять изучаемые приемы в учебной игре. Учебная игра. ОФП. Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
39.	Февраль	Тренировка	2	Взаимодействие игроков в нападении. Индивидуальные и командные действия в нападении. Взаимодействие игроков в защите. Зональная и индивидуальная защиты.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
40.	Февраль	Тренировка Учебная Игра	2	Тактические действия ,командные действия в нападении, быстрое нападение. СФП. Тактические действия команды в защите. Учебная игра. Взаимодействие игроков в нападении. Индивидуальные и командные действия в нападении. Взаимодействие игроков в защите. Зональная и индивидуальная	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра

				защиты.		
41.	Февраль	Тренировка	2	ОФП. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции с сопротивлением. Индивидуальные действия в защите(вырывания, выбивания, накрытие броска). Сочетание приемов: ведение ,передача, бросок. Нападение против зонной защиты. Нападение через заслон. СФП. Передача мяча различными способами в движении с сопротивлением. Ведение мяча с сопротивлением.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
42.	Февраль	Тренировка	2	Совершенствование тактических действий в защите. Совершенствование тактических действий в нападении. Учебная игра. СФП. Передача мяча различными способами в движении с сопротивлением. Ведение мяча с сопротивлением.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
43.	Февраль	Тренировка Учебная Игра	2	Многочисленное выполнение технических приемов и тактических действий. ОФП. Совершенствование техники бросков	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра

				<p>мяча. Совершенствование тактических действий в нападении. Учебная игра. СФП. Совершенствование тактических действий в защите. Учебная игра.</p>		
44.	Февраль	Тренировка Учебная Игра	2	<p>Совершенствование тактических действий в защите. Совершенствование тактических действий в нападении. Учебная игра. СФП.</p>	Спортзал	<p>Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра</p>
45.	Февраль	Тренировка	2	<p>Челночный бег. Ведение с обманными движениями, с финтом. Учебная игра. Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств.</p>	Спортзал	<p>Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра</p>
46.	Февраль	Тренировка Учебная Игра	2	<p>Учебная игра. Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Учебная игра.</p>	Спортзал	<p>Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра</p>
47.	Март	Тренировка	2	<p>Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения. ОФП. Применение изученных взаимодействий в условиях личного</p>	Спортзал	<p>Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра</p>

				прессинга.		
48.	Март	Тренировка Учебная Игра	2	Восстановительные мероприятия в спорте. Инструкторская и судейская практика. Учебная игра. Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. ОФП. Командные действия в нападении.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
49.	Март	Тренировка	2	Выбор места и момента для борьбы за отскочивший от щита мяч при блокировке. Учебная игра. Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита. Учебная игра..	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
50.	Март	Тренировка	2	Ведение мяча с поворотом кругом. ОФП. Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого сопротивления.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
51.	Март	Тренировка Учебная Игра	2	Ведение мяча с поворотом кругом. ОФП. Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого сопротивления.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
52.	Март	Тренировка	2	Остановка после движения прыжком и в 2-а шага. Техника ловли и передачи мяча. Развитие выносливости.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная

				Восстановительные мероприятия в спорте. Учебная игра.		игра
53.	Март	Тренировка	2	Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения. ОФП. Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
54.	Март	Тренировка Учебная Игра	2	Инструкторская и судейская подготовка. Контрольная игра, соревнование.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
55.	Апрель	Тренировка	2	Контрольные нормативы для оценки технических приёмов. Совершенствование стоек баскетболиста. Остановки: двумя шагами; остановка прыжком. Ловли мяча. Остановка после движения прыжком и в 2-а шага. Техника ловли и передачи мяча. Развитие выносливости. УЧЕБНАЯ ИГРА	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
56.	Апрель	Тренировка	2	Челночный бег. Ведение с обманными	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных

				движениями, с финтом. Учебная игра. Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Учебная игра.		суждений. Опрос. Учебная игра
57.	Апрель	Тренировка	2	Учебная игра. Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Учебная игра. Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. ОФП.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
58.	Апрель	Тренировка Учебная Игра	2	Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения. ОФП. Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
59.	Апрель	Тренировка	2	Восстановительные мероприятия в спорте. Инструкторская и судейская практика. Учебная игра. Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. ОФП. Командные действия в нападении.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
60.	Апрель	Тренировка	2	Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных

				<p>мяча с поворотом кругом. ОФП. Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого сопротивления. Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита. Учебная игра..</p>		<p>суждений. Опрос. Учебная игра</p>
61.	Апрель	Тренировка Учебная Игра	2	<p>Ведение мяча с поворотом кругом. ОФП. Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого сопротивления.</p>	Спортзал	<p>Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра</p>
62.	Апрель	Тренировка	2	<p>Ведение мяча с поворотом кругом. ОФП. Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого сопротивления.</p>	Спортзал	<p>Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра</p>
63.	Апрель	Тренировка Учебная Игра	2	<p>Остановка после движения прыжком и в 2-а шага. Техника ловли и передачи мяча. Развитие выносливости. Восстановительные мероприятия в спорте.</p>	Спортзал	<p>Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра</p>
64.	Апрель	Тренировка Учебная Игра	2	<p>Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения. ОФП. . Учебная игра.</p>	Спортзал	<p>Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра</p>

65.	Май	Тренировка Учебная Игра	2	Инструкторская и судейская подготовка. Контрольная игра, соревнование.	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
66.	Май	Тренировка Учебная Игра	2	Контрольные нормативы для оценки технических приёмов. Остановка после движения прыжком и в 2-а шага. Техника ловли и передачи мяча. Развитие выносливости. УЧЕБНАЯ ИГРА	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
67.	Май	Тренировка Учебная Игра	2	Инструкторская и судейская подготовка. Контрольная игра, соревнование	Спортзал	Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра
68.	Май	Тренировка Учебная Игра	2	Контрольные нормативы для оценки технических приёмов. Промежуточная аттестация Совершенствование стоек баскетболиста. Остановки: двумя шагами; остановка прыжком. Ловли мяча. Остановка после движения прыжком и в 2-а шага. Техника ловли и передачи мяча. Развитие		Наблюдения. Вынесение оценочных суждений. Опрос. Учебная игра

V. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Информационное обеспечение программы методическими видами продукции, необходимыми для ее реализации

- Физическая культура, 8-9 классы/ Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение».

Федеральная рабочая программа по предмету физическая культура. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов. Лях В.И., Зданевич А.А. – М.: Просвещение.

- Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. Пособие для учителя Издательство Москва.

Дидактический материал:

- Дидактические материалы по основным разделам и темам учебного предмета «физическая культура»

Наглядный материал

Видеоматериал, таблицы

Описание общей методики работы

Построение занятий по изучению приемов игры в волейбол подчинено общим методическим правилам для уроков физической культуры. Упражнения в подготовительной части должны способствовать успешности овладения упражнениями в основной части. Общеразвивающие упражнения воздействуют на те группы мышц, на которые будет падать основная нагрузка при изучении приемов игры. Включаются подвижные игры, способствующие разносторонней физической подготовке учащихся. Если мячей недостаточно, то учащиеся, не занятые в выполнении упражнений с мячами, выполняют другие упражнения: с набивным мячом, перемещения и др.

Методы обучения

1. Принцип активности и сознательности.

Результат в педагогическом процессе во многом зависит от того, насколько активно и сознательно относятся к спортивному процессу юные спортсмены. Необходимо понимание сути заданий, активно и заинтересовано выполнять, ускорять ход обучения, способствуя результативности делаемых действий, что способствует творческому использованию приобретаемых навыков, знаний и умений в жизнедеятельности.

Требования раскрытия принципа активности и сознательности:

1. Сформировать осознанное отношение и устойчивый интерес к цели и определенным задачам занятий.
2. Поощрять самоконтроль, сознательный анализ и использование своих сил при физических нагрузках и упражнениях.
3. Воспитывать самостоятельность, творческое отношение к занятиям и инициативность.

2. Принцип наглядности

Наглядность процесса воспитания и обучения представляет собой достаточно широкое использование восприятия образов, зрительные ощущения, а также всех остальных органов чувств, с помощью которых происходит контакт с реальной действительностью.

При физическом воспитании наглядность имеет одну из главных ролей, так как спортивная деятельность обучающихся имеет задачу развитие всех органов чувств. С помощью наглядности происходит необходимое освоение двигательной деятельности.

3. Принцип индивидуализации и доступности

Это принцип особенностей обучающихся и выполнение предлагаемых им упражнений. Следует строить обучающий и воспитывающий процесс, учитывая возможности юных спортсменов, возраст, пол, подготовленность, и индивидуальные духовные и физические особенности каждого ребенка. Для успешного оздоровительного эффекта в физическом обучении играет главную роль соблюдение этого принципа.

4. Принцип систематичности.

Принцип систематичности заключается в регулярных занятиях, последовательности и чередовании отдыха с нагрузками. Взаимосвязь между разными сторонами принципа:

- чередование отдыха и нагрузки, непрерывность спортивного процесса;
- вариативность и повторяемость;
- взаимосвязь с разными сторонами занятий и их последовательность.

5. Принцип постепенного повышения динамичности

Принцип постепенного повышения динамичности определяет тенденции требований, которые предъявляются к обучающимся в спортивном процессе на тренировках, заключающегося в выполнении наиболее новых и тяжелых заданий, и постепенное увеличение интенсивности нагрузок:

- обновления регулярных заданий с тенденциями роста нагрузок;
- условия усложнения задания.

Организм человека постоянно приспосабливается к нагрузкам, но постепенно.

Физические упражнения – это основные средства спортивной тренировки. Также средствами тренировки называют гигиенические факторы и оздоровительные силы природной среды (воздушная, водная среда и

многое другое). Упражнениями физическими являются двигательные действия, с помощью которых выполняются задачи тренировки.

В спортивной тренировке существуют методы:

1. Метод строго регламентированного упражнения: строгое придерживание плана на занятиях; точное дозирование нагрузок; использование внешних условий).

Такой метод заключается в обеспечении условий для развития физических качеств.

2. Игровой метод

Игровой метод используется для комплекса двигательных упражнений.

3. Соревновательный метод.

Главная черта этого метода - борьбы. Состязание – создает эмоциональный эффект.

- 4.Словесные и сенсорные методы.

На занятиях это выражается в рассказах, беседах, инструктажах, словесного отчета.

Все формы и методы применяются в сочетании, любой метод должен дополнять другой. Необходима отлаженная система для достижения результатов.

Технологии обучения

В образовательном процессе применяются следующие технологии обучения:

- здоровьесберегающие;
- игровые, личностно-ориентированного обучения, проблемного обучения
- Коммуникативные
- Информационные

Контрольно-измерительные (оценочные) материалы

Характеристика заданий по элементам содержания

Перечень элементов содержания, проверяемых на промежуточной аттестации

Код	Элемент содержания
1.1.	Правила игры в баскетбол.
2.1.	Правила техники безопасности
3.1.	Прием мяча
4.1.	Передача мяча
5.1.	Блокирование противника
6.1.	Бросок по кольцу
7.1.	Взаимодействие игроков в нападении и защите

Характеристика заданий в соответствии с планируемыми результатами образования

Код	Планируемый результат
1.1.1.	Умение принимать баскетбольную стойку.
2.1.1.	Умение передавать мяч двумя руками от груди
2.1.2.	Умение осуществлять передачу мяча на бросок по кольцу
3.1.1.	Умение бросать мяч в кольцо
3.1.2.	Умение бросать по кольцу после передачи партнера
4.1.1.	Умение бросать по кольцу в прыжке
4.1.2.	Умение использовать двушажную технику
5.1.1.	Умение осуществлять блокирование броска
6.1.1.	Умение принимать подбирать мяч под кольцом после броска
7.1.1.	Умение осуществлять прием мяча на после передачи
8.1.1	Умение взаимодействовать в защите
8.1.2.	Умение взаимодействовать в нападении

Использование результатов контроля.

Результаты учебной игры можно использовать при планировании индивидуальных образовательных маршрутов детей с признаками физической (спортивной) одаренности, имеющими мотивацию на занятия физической культурой и спортом.

Шкала перевода первичных баллов, полученных за мини-игру, в результаты контроля

% выполнения	0 – 49%	50% - 100%
Количество баллов	0 - 4	5 - 10
Результат	Незачет	Зачет

VI. ЛИТЕРАТУРА

Литература

1. Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»). [Электронный ресурс] – URL: http://edu.shd.ru/index.php?option=com_content&view=article&id=7032:2017-02-03-09-18-05&catid=291:2017-02-03-06-36-28&Itemid=387
2. Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам». [Электронный ресурс] – URL:

<https://mosmetod.ru/metodicheskoeoprostranstvo/dopolnitelnoe-obrazovanie/normativnye-dokumenty/prikazminprosveshcheniya-rossii-ot-09-11-2018-196-ob-utverzhdenii-poryadkaorganizatsii-i-osushchestvleniya-obrazovatelnoj-d.html>

3. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации». – Новосибирск: Норматика, 2013. – 128 с.