

Управление образования Администрации муниципального района «Сысольский»  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа» с. Пыёлдино

«ПРИНЯТО»

На заседании педсовета  
МБОУ «СОШ» с. Пыёлдино  
«31» августа 2023 г.  
Протокол № 1

Утверждено  
приказом директора  
МБОУ «СОШ» с. Пыёлдино  
от 01.09.2023 №69/21 -од

Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа

**Спортивные игры**

Направленность: физкультурно-спортивная  
Возраст: 11-15 лет  
Срок реализации: 3  
Уровень освоения программы:  
базовый

Составитель:  
А.А.Шуйская  
педагог дополнительного образования

# 1.Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы

## 1.1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивные игры» физкультурно-спортивной направленности разработана на основе следующих нормативно – правовых документов, регламентирующих образовательную деятельность:

- Федеральный Закон от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утверждённая Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р;
- План мероприятий по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в муниципальном районе «Сысольский», I этап (2022 - 2024 годы), утверждённая постановлением администрации муниципального района «Сысольский» от 28.11.2022 № 11/1259;
- Приказ Минобрнауки России от 09.11.2018г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» с внесенными изменениями от 30.09.2020 г.;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014г. «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14»;
- Приказ Министерства образования, науки и молодёжной политики Республики Коми «Об утверждении правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Республике Коми от 01.06.2018 года №214-п;
- Устав МБОУ «СОШ» с. Пыёлдино.

**Направленность программы:** физкультурно-спортивная

Данная программа разработана для реализации в основной школе. Темы и разделы выбраны с учетом имеющейся материальной базы и местных климатических условий. Она предусматривает проведение теоретических занятий по каждому разделу, изучение и дальнейшее совершенствование специальных движений на практических занятиях, выполнение учащимися контрольных нормативов, участие во внутришкольных и в муниципальных соревнованиях.

**Актуальность программы:** Современное состояние общества, темпы его развития предъявляют высокие требования к человеку и его здоровью. Человек вынужден строить свою деятельность в непростых условиях, которые можно охарактеризовать рядом неблагоприятных факторов. Неудовлетворительное состояние окружающей среды, жизнь в условиях постоянного психологического стресса, недостаток в активной двигательной деятельности, приводящий к снижению защитных функций организма, распространение вредных привычек, изменение направления социально – экономического развития государства, ситуация социальной нестабильности.

Работа секции предусматривает: содействие гармоничному физическому развитию, всесторонней физической подготовке и укреплению здоровья учащихся; привитие потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Для учащихся посещающих секцию первый год ставятся частные задачи: укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности; укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие быстроты, гибкости, ловкости; обучение технике стоек и перемещений, привитие стойкого интереса к занятиям физической культурой, выполнение нормативных требований по видам подготовки, закаливание организма.

**Новизна программы:** программа состоит из нескольких модулей, которые повторяют общеобразовательную программу по физической культуре, но при этом позволяют более углубленно освоить виды спорта, включенные в нее и повысить свою общефизическую подготовленность. Упражнения, включенные в программу, способствуют подготовке к сдаче норм ВФСК ГТО.

**Педагогическая целесообразность** программы объясняется тем, что в современной социально-экономической ситуации эффективность системы дополнительного образования особенно актуальна, так как именно этот вид образования ориентирован на свободный выбор ребенка интересующих его видов спорта и форм деятельности, развитие его представлений о здоровом образе жизни, становлении познавательной мотивации и способностей. Программа разработана для желающих заниматься в секции на основе современных научных данных и практического опыта тренеров и является отображением единства теории и практики. А также на основе материала, который дети изучают на уроках физической культуры в общеобразовательной школе.

Учебное время по видам подготовки распределено таким образом, чтобы текущие темы совпадали с годовым планированием уроков физкультуры, что дополнительно стимулирует учащихся к занятиям и повышению уровня подготовки по тому или иному виду спорта.

**Адресат программы:** возраст участников –11-15 лет.

Программа дополнена с учетом интересов детей (в зависимости от возраста, пола, времен года и местных особенностей) к тем видам спорта, которые пользуются популярностью в повседневной жизни. Программой осуществляется ознакомление с волейболом, баскетболом, футболом. Включено большое количество подвижных игр, что позволяет часть занятий проводить на улице. В программе представлены доступные для обучающихся упражнения. Которые способствуют овладению элементами техники и тактики спортивных игр, легкой атлетики, гимнастики и развитию физических способностей.

Занятия по программе дают возможность во внеурочное время углубленно заниматься:

- видами спорта, которые учащиеся осваивают в ограниченном по времени уроке физической культуры;
- учащимся, которые не могут освоить объём двигательных навыков на уроке физической культуры;
- подросткам, у которых наблюдается гиперактивность и проблема организации своего времени.

**Уровень, объём и срок реализации программы.**

Программа кружка рассчитана на 3 года 102 часа:

<b>Количество часов</b>		
1 год обучения	34 часа	(1 занятие в неделю)
2 год обучения	34 часа	(1 занятие в неделю)
3 год обучения	34 часа	(1 занятие в неделю)

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа базового уровня.

**Форма обучения** - очная. Программа предусматривает теоретические и практические виды занятий.

### **Режим занятий**

Занятия проводятся во внеурочное время, один раз в неделю. Продолжительность занятий – 1 академический час.

### **Принципы комплектования группы:**

Прием детей в объединение «Спортивные игры» проводится в начале учебного года по их желанию и согласию родителей и законных представителей. Занятия по данной программе проводятся в группе – 5 класс

**Объем освоения программы:** 34 часов в год, 1 час в неделю.

**Срок освоения программы:** с 01.09.2023г. по 31.05.2026 г

**Особенности организации образовательного процесса** - в соответствии с учебно-тематическим планом, обучение проводится в группе постоянного состава, сформированной в объединение из учащихся одного возраста. Наполняемость группы – один класс. Ученик имеет право быть зачисленным в состав учебной группы прошедший медицинский осмотр и допущенный врачом к занятиям. Набор в группу проводится независимо от уровня подготовки и пола учащегося.

### **Форма организации учебных занятий:**

<b>Формы проведения занятий и виды деятельности</b>	
Однонаправленные занятия	Посвящены только одному из компонентов подготовки: техники, тактики или общефизической подготовке.
Комбинированные занятия	Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.
Целостно-игровые занятия	Построены на учебной двухсторонней игре по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.
Контрольные занятия	Прием нормативов у занимающихся, выполнению контрольных упражнений (двигательных заданий)

### **1.2.Цель программы :**

**Цель программы:** формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.

Цель конкретизирована следующими **задачами:**

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию учащихся;
- популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;
- формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям спортивными играми;
- обучение технике и тактике спортивных игр;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- формирование у учащихся необходимых теоретических знаний;
- воспитание моральных и волевых качеств.

#### **Планируемые результаты программы.**

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются личностные, метапредметные и предметные результаты.

*Личностные результаты* обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей;

Личностные результаты 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 исключающего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

*Предметные* – через формирование основных элементов научного знания, а *метапредметные* результаты – через универсальные учебные действия (далее УУД).

- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;
- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;
- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

#### **Виды УУД, формируемые на занятиях кружковой деятельности:**

Личностные	Регулятивные	Познавательные	Коммуникативные
------------	--------------	----------------	-----------------

1.Самоопре- деление	1.Соотнесение известного и неизвестного	1.Формулирование цели 2.Выделение необходимой информации	1.Строить продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами
2.Смысло- образование	2.Планирование 3.Оценка 4.Способность к волевому усилию	3.Структурирование 4.Выбор эффективных способов решения учебной задачи 5.Рефлексия 6.Анализ и синтез 7.Сравнение 8.Классификации 9.Действия постановки и решения проблемы	2.Постановка вопросов 3.Разрешение конфликтов

Первостепенным результатом реализации программы ДООП будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

### 1.3. Содержание программы

#### Учебный план

№ п/п	Раздел	Всего часов	В том числе:		Формы контроля
			теория	практика	
1	Баскетбол	35	3	32	Наблюдение, контрольная игра
2	Волейбол	37	3	34	Наблюдение, контрольная игра
4	Футбол	27	3	24	Наблюдение, контрольная игра
5	Аттестация	3		3	Игра-соревнование
	<b>Итого:</b>	<b>102</b>	<b>9</b>	<b>93</b>	

#### Содержание программы.

Содержание программы предполагает большой спектр возможностей в формах организации образовательного процесса: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

**Методы обучения и воспитания.** Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт. Полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных. Теория проходит в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей. Для повышения интереса к игровым видам спорта и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

**Словесные методы** создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание.

**Наглядные методы:** применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

**Практические методы:**

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- метод круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

**Общая физическая подготовка:**

- Строевые упражнения
- Упражнения для рук плечевого пояса
- Упражнения для ног
- Упражнения для шеи и туловища
- Упражнения для всех групп мышц
- Упражнения для развития быстроты
- Упражнения для развития ловкости
- Упражнения для развития гибкости
- Упражнения для развития прыгучести.

**Общие основы баскетбола:**

- История возникновения баскетбола в России. Правила игры. Состав команды,

форма игроков.

- Влияние физических упражнений на организм человека.
- Необходимость разминки в занятиях спортом.
- Правила техники безопасности при выполнении упражнений на занятиях баскетболом.
- Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.
- Правила игры мини-баскетбола, судейская жестикуляция и терминология.

### **Специальная физическая подготовка:**

- Упражнения для развития быстроты: ускорения, рывки на отрезках от 3 до 20м. (из различных исходных положений) лицом, боком, спиной вперед.
- Бег с максимальной частотой шагов на месте и в движении.
- Бег за лидером со сменой направления (зигзагом, лицом, спиной вперед, челноком, с поворотом).
- Упражнения для развития специальной прыгучести: многократные прыжки с ноги на ногу, выпрыгивания вверх с доставанием ориентира, прыжки на одной ноге и толчком двух ног (вперед, вверх, в стороны).
- Прыжки с подтягиванием бедра толчковой ноги.
- Упражнения для развития скорости реакции по зрительным и звуковым сигналам.
- Упражнения для развития чувства мяча. Жонглирование одним, двумя мячами.
- Подбрасывания и ловля на месте, в движении, бегом.

### **Техническая подготовка:**

- Обучение передвижению в стойке баскетболиста.
- Обучение технике остановок прыжком и двумя шагами.
- Обучение прыжку толчком двух ног и одной ноги.
- Повороты вперед и назад.
- Ловля мяча двумя руками на месте, в движении, в прыжке при встречном и параллельном движении.
- Передача мяча двумя от груди на месте, в движении, в стену, парами, при встречном и параллельном движении.
- Ведение мяча на месте, в движении, с изменением направления, скорости, высоты отскока.
- Броски в кольцо двумя руками от груди с места, слева, справа, с отскоком от щита, в движении.
- Броски в кольцо одной рукой от плеча на месте слева, справа, с середины, без отскока и с отскоком от щита.
- Обучение технике двух шагов с места, в движении.
- Броски двумя руками от груди с двух шагов.

### **Тактическая подготовка:**

#### **Нападение**



- Выход для получения мяча на свободное место.
- Обманный выход для отвлечения защитника.
- Розыгрыш мяча короткими передачами.
- Атака кольца.
- «Передай мяч и выходи».
- Наведение своего защитника на партнера.

### **Защита**

- Противодействие получению мяча.
- Противодействие выходу на свободное место.
- Противодействие розыгрышу мяча.
- Противодействие атаке кольца.
- Подстраховка.
- Система личной защиты.

### **Игровая подготовка:**

- Обучение основным приемам техники игры и тактическим действиям в упрощенной игровой обстановке 2х2, 3х3, 4х4, 5х5 мини-баскетбола.
- Привитие навыков соревновательной деятельности в соответствии с правилами мини-баскетбола.

### **Общие основы волейбола:**

- Развитие волейбола в России и за рубежом.
- Физическая подготовка волейболиста.
- Техническая подготовка волейболиста.
- Тактическая подготовка волейболиста.
- Психологическая подготовка волейболиста.
- Организация и проведение соревнований по волейболу.
- Правила судейства соревнований по волейболу.

### **Техническая подготовка:**

- Стойка волейболиста, её разновидности.
- Перемещения:  
приставными шагами вправо, влево, вперед, назад;  
двойной шаг;  
остановки.
- Подача мяча: прямая верхняя, прямая нижняя, боковая.
- Передача мяча:  
- верхняя и нижняя передача двумя руками  
- передача мяча над собой  
- движения по кругу вправо и влево  
- встречная передача в колоннах

- в парах с продвижением
- из одной зоны в другую
- в парах и колоннах через сетку
- Нападающий удар:
- прямой удар, разбег и прыжок с выносом рук, ударное движение и приземление.
- Блокирование:
- одиночное
- имитация блокирования
- блокирование нападающего удара (на пониженной и нормальной сетках).

### **Тактическая подготовка:**

- подача мяча на слабо играющего и в незащищенную зону площадки
- разбег для нападающего удара и передача мяча в прыжке через сетку
- выбор места для приема мяча
- страховка партнера при приеме мяча
- прием мяча снизу у сетки
- одиночное п\блокирование
- игра после блока
- страховка блока

### **Общие основы футбола:**

- Краткая характеристика футбола как средства физического воспитания.
- История возникновения футбола и развитие его в России.
- Значение правильного режима дня юного спортсмена.
- Правила игры в футбол. Роль капитана команды, его права и обязанности.
- Площадка для игры в футбол, её устройство, разметка.
- Подготовка площадки для занятий и соревнований по футболу.

### **Техническая подготовка:**

Классификация и терминология технических приёмов игры в футбол. Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. Траектория полёта мяча после удара. Анализ выполнения технических приёмов и их применения в конкретных игровых условиях: ударов по мячу внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, ударов серединой лба; остановок мяча подошвой, внутренней стороной стопы и грудью; ведение мяча внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы; обманных движений (ложная и действительная фазы движения); отбор мяча – перехватом, выбиванием мяча, толчком соперника; вбрасывание мяча из положения шага. Анализ выполнения технических приёмов игры вратаря: ловли, отбивания кулаком, броска мяча рукой; падения перекатом; выбивание мяча с рук.

### **Техника передвижения:**

- Бег:
- по прямой, изменяя скорость и направление;

-приставным и скрестным шагом (влево и вправо).

Прыжки вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо.

Остановки во время бега (выпадом и прыжками на ноги).

*Удары по мячу ногами.* Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся навстречу справа или слева мячу; направляя мяч в обратном направлении и стороны. Выполнение ударов после остановки, ведения и рывка, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удары на точность: ноги партнёру, ворота, цель, на ходу двигающемуся партнёру.

*Удары по мячу головой.* Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу: направляя мяч в обратном направлении и в стороны, посылая мяч верхом и вниз, на среднее и короткое расстояние. Удары на точность: в определённую цель на поле, в ворота, партнёру.

*Остановка мяча.* Остановка мяча подошвой и внутренней стороной катящегося и опускающегося мяча – на месте, в движении вперёд и назад, подготавливая мяч для последующих действий.

Остановка внутренней стороной стопы и грудью летящего мяча – на месте, в движении вперёд и назад, опуская мяч в ноги для последующих действий.

*Ведение мяча.* Ведение внешней частью, внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направления, между стоек и движущихся партнёров; изменяя скорость (выполняя ускорения и рывки), не теряя контроль над мячом.

*Обманные движения (финты).* Обучение финтам: после замедления бега или остановки – неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону): во время ведения внезапная отдача мяча назад откатывая его подошвой партнёру, находящемуся сзади; показать ложный замах ногой для сильного удара по мячу – вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком; имитируя передачу партнёру, находящемуся слева, перенести правую ногу через мяч и, наклонив туловище влево, захватить мяч внешней частью подъёма правой ноги и резко уйти вправо, этот же финт в другую сторону.

*Отбор мяча.* Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью опередить соперника, которому адресована передача мяча. Отбор мяча в единоборстве с соперником, владеющим мячом, - выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде.

*Вбрасывание мяча из-за боковой линии.* Вбрасывание с места из положения ноги вместе и шага.

Вбрасывание мяча на точность: под правую и левую ногу партнёру, на ход партнёру.

*Техника игры вратаря.* Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча и в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах.

Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке. Ловля катящегося и низко летящего навстречу и несколько в сторону мяча без падения. Ловля высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка (с места и с разбега). Ловля

катящегося и летящего в сторону низкого, на уровне живота, груди мяча с падением перекатом.

Быстрый подъём с мячом на ноги после падения.

Отбивание мяча одним кулаком без прыжка и в прыжке (с места и с разбега).

Бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность.

Выбивание мяча ногами: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.

### **Тактическая подготовка:**

Понятие о тактике и тактической комбинации. Характеристика игровых действий: вратаря, защитников, полузащитников и нападающих. Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание.

Индивидуальные и групповые тактические действия. Командная тактика игры в «малый футбол».

*Упражнения для развития умения «видеть поле».* Выполнение заданий по зрительному сигналу (поднятая вверх или в сторону рука, шаг вправо или влево): во время передвижения шагом или бегом – подпрыгнуть, имитировать удар ногой; во время ведения мяча – повернуться кругом и продолжить ведение или сделать рывок вперёд на 5 м. Несколько игроков на ограниченной площади (центральный круг, штрафная площадь) водят в произвольном направлении свои мячи и одновременно наблюдают за партнёрами, чтобы не столкнуться друг с другом.

**Тактика нападения.** *Индивидуальные действия без мяча.* Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнёров и соперника. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча.

*Индивидуальные действия с мячом.* Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Применение различных способов обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

*Групповые действия.* Взаимодействие двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку».

Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывание мяча (не менее одной по каждой группе).

**Тактика защиты.** *Индивидуальные действия.* Правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча, т. е. осуществлять «закрывание». Выбор момента и способа действия (удар или остановка) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом.

*Групповые действия.* Противодействие комбинации «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций.

*Тактика вратаря.* Уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», разыгрывать удар от своих ворот, ввести мяч в игру (после ловли)

открывшемуся партнёру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

Учебные и тренировочные игры, применяя в них изученный программный материал.

## Раздел 2. Комплекс организационно - педагогических условий, включающий форму аттестации

### 2.1. Календарный учебный график

1 год.

Дата начала учебного периода 05.09.2023год.

Дата окончания учебного периода 14.05.2024 год.

Количество учебных недель -34.

Количество часов в неделю - 1 академический час.

№ занятия/п	Месяц, дата по расписанию, количество часов	Тема занятия	Фактическая дата проведения занятия	Примечание (отмена, лист нетрудоспособности, карантин, доп. занятие уплотнение с темой и т.д.)
1.	05.09.2023г (1 час)	Техника безопасности. История возникновения игры. Правила игры.		
2	12.09.2023г (1 час)	Техника передвижения. Повороты и остановки в движении. Сочетание способов передвижений.		
3	19.09.2023г (1 час)	Техника передвижения. Повороты и остановки в движении. Сочетание способов передвижений.		
4	26.09.2023г (1 час)	Ловля и передачи мяча двумя руками.		
5	03.10.2023г (1 час)	Ловля и передачи мяча двумя руками.		
6	10.10.2023г. (1 час)	Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости ведения		
7	17.10.2023г. (1 час)	Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок одной рукой.		
8	24.10.2023г. (1 час)	Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок одной рукой.		
Итого за I четверть: 8 Дано часов:				
9	07.11.2023г. (1 час)	Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях Учебная игра.		
10	14.11.2023г (1 час)	Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях Учебная игра.		

11	21.11.2023г. (1 час)	Учебная игра баскетбол.		
12	28.11.2023г (1 час)	Техника безопасности. История возникновения игры. Правила игры.		
13	05.12.2023г (1 час)	Действия без мяча. Перемещения и стойки игроков.		
14	12.12.2023г (1 час)	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Встречная передача.		
15	19.12.2023г (1 час)	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Встречная передача.		
16	26.12.2023г (1 час)	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.		
Итого за II четверть: 8 Дано часов:				
17	09.01.2024г (1 час)	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.		
18	16.01.2024г	Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование.		
19	23.01.2024г (1 час)	Командные действия. Прием подач.		
20	30.01.2024г (1 час)	Комбинированное упражнение по технике владения мячом. Индивидуальные тактические действия в защите.		
21	06.02.2024г (1 час)	Комбинированное упражнение по технике владения мячом. Индивидуальные тактические действия в защите.		
22	13.02.2024г (1 час)	Индивидуальные тактические действия в защите. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола		
23	20.02.2024г. (1 час)	Индивидуальные тактические действия в защите. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола		
24	27.02.2024г (1 час)	Учебно-тренировочная игра		
25	05.03.2024г (1 час)	Учебно-тренировочная игра		
26	12.03.2024г. (1 час)	Техника безопасности. История возникновения игры. Правила игры.		
27	19.03.2024г (1 час)	Техника передвижения. Удары по мячу.		
Итого за III четверть: 11 Дано часов:				
28	02.04.2024г (1 час)	Ведение мяча. Остановка мяча. Обманные движения		

29	09.04.2024г (1 час)	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.		
30	16.04.2024г (1 час)	Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.		
31	23.04.2024г. (1 час)	Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.		
32	30.04.2024г (1 час)	Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.		
33	07.05.2024г. (1 час)	Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.		
34	14.05.2024г. (1 час)	Учебно-тренировочная игра.		
Итого за IV четверть: 7 Дано часов:				
Итого за год: 34 Дано часов:				

**2 год.**

Дата начала учебного периода 01.09.2024год.

Дата окончания учебного периода 30.05.2025год.

Количество учебных недель -34.

Количество часов в неделю - 1 академический час.

<b>№ занятия/п</b>	<b>Месяц, дата по расписанию, количество часов</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Фактическая дата проведения занятия</b>	<b>Примечание (отмена, лист нетрудоспособности, карантин, доп. занятие уплотнение с темой и т.д.)</b>
1.	сентябрь (1 час)	Техника безопасности. Правила игры. Влияние физических упражнений на организм человека.		
2	(1 час)	Техника передвижения. Повороты и остановки в движении. Сочетание способов передвижений.		
3	(1 час)	Техника передвижения. Повороты и остановки в движении. Сочетание способов передвижений.		
4	(1 час)	Ловля и передачи мяча двумя руками.		
5	октябрь (1 час)	Ловля и передачи мяча двумя руками.		

6	(1 час)	Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости ведения.		
7	(1 час)	Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок одной рукой.		
8	(1 час)	Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок одной рукой.		
Итого за I четверть: 8 Дано часов:				
9	ноябрь (1 час)	Многokратное выполнение технических приемов и тактических действий.		
10	(1 час)	Многokратное выполнение технических приемов и тактических действий.		
11	(1 час)	Учебно- тренировочная игра баскетбол		
12	(1 час)	Техника безопасности. Правила игры. Правила судейства соревнований по волейболу		
13	декабрь (1 час)	Действия без мяча. Перемещения и стойки игроков.		
14	(1 час)	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Встречная передача.		
15	(1 час)	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Встречная передача.		
16	(1 час)	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху. .		
Итого за II четверть: 8 Дано часов:				
17	январь (1 час)	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.		
18	(1 час)	Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование.		
19	(1 час)	Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование.		
20	(1 час)	Индивидуальные тактические действия в защите.		
21	февраль (1 час)	Подвижные игры и эстафеты.		
22	(1 час)	Подвижные игры и эстафеты.		
23	(1 час)	Командные действия. Прием подач		
24	(1 час)	Командные действия. Прием подач		



25	март (1 час)	Учебная игра		
26	(1 час)	Техника безопасности. Правила игры. Роль капитана команды, его права и обязанности.		
27	(1 час).	Техника передвижения. Удары по мячу.		
Итого за III четверть: 11 Дано часов:				
28	апрель (1 час).	Ведение мяча. Остановка мяча. Обманные движения.		
29	(1 час).	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.		
30	(1 час).	Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.		
31	(1 час).	Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.		
32	май (1 час)..	Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.		
33	(1 час).	Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.		
34	(1 час).	Учебная игра		
Итого за IV четверть: 7 Дано часов:				
Итого за год: 34 Дано часов:				

**3 год..**

Дата начала учебного периода 01.09.2025год.

Дата окончания учебного периода 30.05.2026год.

Количество учебных недель -34.

Количество часов в неделю - 1 академический час.

<b>№ занятия/п</b>	<b>Месяц, дата по расписанию, количество часов</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Фактическая дата проведения занятия</b>	<b>Примечание (отмена, лист нетрудоспособности, карантин, доп. занятие уплотнение с темой и т.д.)</b>
1.	сентябрь (1 час)	Техника безопасности. Правила игры. Правила игры		

		мини-баскетбола, судейская жестикуляция и терминология.		
2	(1 час)	Техника передвижения. Повороты и остановки в движении. Сочетание способов передвижений.		
3	(1 час)	Техника передвижения. Повороты и остановки в движении. Сочетание способов передвижений.		
4	(1 час)	Ловля и передачи мяча двумя руками.		
5	октябрь (1 час)	Ловля и передачи мяча двумя руками.		
6	(1 час)	Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости ведения.		
7	(1 час)	Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок одной рукой.		
8	(1 час)	Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок одной рукой.		
Итого за I четверть: 8 Дано часов:				
9	ноябрь (1 час)	Выбор места и момента для борьбы за отскочивший от щита мяч при блокировке.		
10	(1 час)	Выбор места и момента для борьбы за отскочивший от щита мяч при блокировке.		
11	(1 час)	Учебная игра		
12	(1 час)	Техника безопасности. Правила игры. Правила судейства соревнований по волейболу		
13	декабрь (1 час)	Действия без мяча. Перемещения и стойки игроков.		
14	(1 час)	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Встречная передача.		
15	(1 час)	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Встречная передача.		
16	(1 час)	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.		
Итого за II четверть: 8 Дано часов:				
17	январь (1 час)	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.		
18	(1 час)	Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование.		

19	(1 час)	Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование.		
20	(1 час)	Командные действия. Прием подачи.		
21	февраль (1 час)	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, блокирование.		
22	(1 час)	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, блокирование.		
23	(1 час)	Передача мяча в двойках, тройках, через сетку, в заданную часть площадки. Судейство игры.		
24	(1 час)	Передача мяча в двойках, тройках, через сетку, в заданную часть площадки. Судейство игры.		
25	март (1 час)	Учебная игра		
26	(1 час)	Техника безопасности. Правила игры. Роль капитана команды, его права и обязанности.		
27	(1 час).	Техника передвижения. Удары по мячу.		
Итого за III четверть: 11 Дано часов:				
28	апрель (1 час).	Ведение мяча. Остановка мяча. Обманные движения.		
29	(1 час).	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.		
30	(1 час).	Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.		
31	(1 час).	Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.		
32	май (1 час)..	Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.		
33	(1 час).	Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.		
34	(1 час).	Учебная игра		
Итого за IV четверть: 7 Дано часов:				
Итого за год: 34 Дано часов:				

## **2.2. Условия реализации программы.**

## Материально – техническое обеспечение программы

Учебные занятия проводятся в спортивном зале или на универсальной спортивной площадке.

### Используемое оборудование:

№п\п	наименование	количество
1.	Спортивный комплекс (канат, шведская лестница, перекладина)	1
2.	Мат гимнастический	7
3.	Мяч волейбольный	12
4.	Мяч баскетбольный	12
5.	Мяч футбольный	12
6.	Палки гимнастические	12
7.	Обручи	10
8.	Кегли	25
9.	Скакалки	12
10.	Мячи набивные	1
13.	Сетка волейбольная	1

**Информационное обеспечение** методическое обеспечение: наличие программы, наглядных пособий, методических разработок, рекомендаций;– видео-, фото-, интернет источники;

**Кадровое обеспечение.** Реализация программы осуществляется учителем физической культуры прошедшим курсы педагог дополнительного образования.

### 2.3.Формы аттестации

- **Входной контроль:** проводится при наборе, на начальном этапе формирования коллектива (в сентябре) или для учащихся, которые желают обучаться по данной программе не сначала учебного года и года обучения. Данный контроль нацелен на изучение: интересов ребенка, его знаний и умений, творческих способностей.
- **Текущий контроль:** проводится в течение учебного года, возможен на каждом занятии, по окончании изучения темы, раздела программы.
- **Итоговый контроль:** проводится в конце обучения по дополнительной общеобразовательной программе, как правило, в апреле-мае. Данный контроль нацелен на проверку освоения программы, учет изменений качеств личности каждого учащегося.

#### **Функции контроля учащихся:**

- учебная (создание дополнительных условий для обобщения и осмысления учащимися полученных теоретических и практических знаний, умений и навыков);
- воспитательная (стимул к расширению познавательных интересов и потребностей ребенка);
- развивающая (возможность осознания учащимися уровня их актуального развития и определение перспектив);
- коррекционная (возможность для педагога своевременного выявления и корректировки недостатков образовательного процесса);

- социально-психологическая (предоставление возможности каждому ребенку оказаться в «ситуации успеха», возможность предоставления родителям (законным представителям) информации об успеваемости детей).

#### **Формы проведения контроля:**

- игра;
- соревнование;
- контрольное тестирование;
- наблюдение;
- эстафеты

#### **2.4. Оценочные материалы**

В качестве методов диагностики результатов обучения используются опросы, практические задания по пройденным темам.

Контрольные занятия включают в себя:

- задания на проверку усвоения выученного материала, нормативы физической подготовленности и нормативы технической и тактической подготовленности;
- товарищеские встречи и соревнования по спортивным играм.

Также в течение года применяется метод наблюдения, то есть педагог отслеживает наличие отсутствия или наличие прогресса у группы, у каждого обучающегося в отдельности.

#### **Список литературы для педагога:**

1. Зимин А.М. «Первые шаги в баскетболе. Учебное пособие для учащихся и учителей» М.: «Просвещение» 1992г.
2. Колос В.М. «Баскетбол: теория и практика» Минск 1989г.
3. Матвеев А.П. «Оценка качества подготовки учеников основной школы по физической культуре М. «Дрофа» 2001 год.
4. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/Г.А.Колодиницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов.- М.: Просвещение, 2011.-77с.: ил.- (Работаем по новым стандартам).
5. Волейбол: Примерная программа спортивной подготовки для В67 детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный) [Текст].- М.: Советский спорт. 2005.-112с.
6. Примерные программы по учебным предметам. П76 Физическая культура. 5-9 классы: проект.- 3-е изд.- М.: Просвещение, 2011.-61с.- (Стандарты второго поколения).
7. Справочник учителя физической культуры/авт.-сост. П.А. Киселев, С.Б. Кисилева.- Волгоград: Учитель, 2011.- 251с.

8. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов: методическое пособие. - М., 2009.
9. Е. Р. Яхонтов. Мяч летит в кольцо. - Л.: Лениздат, 1984.

**Список литературы для учащихся:**

1. Физическая культура. 5 класс: учебник для общеобразоват. организаций / А.П. Матвеев. — 9-е изд., перераб. — М.: Просвещение, 2019. — 127 с.
2. Физическая культура. 6-7 классы: учебник для общеобразоват. организаций / А.П. Матвеев. — 9-е изд. — М.: Просвещение, 2019. — 192 с.
3. <https://resh.edu.ru/>
4. <https://fizkulturana5.ru/>