

**РЕСПУБЛИКА КРЫМ
АДМИНИСТРАЦИЯ БЕЛОГОРСКОГО РАЙОНА
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ, МОЛОДЕЖИ И СПОРТА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «КРЫМРОЗОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА»
БЕЛОГОРСКОГО РАЙОНА
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

ОДОБРЕНО

Педагогическим советом
МБОУ «Крымрозовская СШ»
Белогорского района
Республики Крым
Протокол № 9 от 21.08 2023г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ «Крымрозовская СШ»
Белогорского района
Республики Крым
И.В.Немеш
Приказ от «27» 08 2023г. № 552



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»**

Направленность: физкультурно-спортивная

Сроки реализации программы: 102 часа (3 года)

Вид программы: модифицированная

Уровень: базовый

Возраст обучающихся: от 10 до 17 лет

Составители: учитель физической культуры Ковач В.В.

с.Крымская Роза
2023 г.

Содержание программы

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи Программы.....	6
1.3. Воспитательный потенциал программы.....	7
1.4. Содержание программы.....	7
1.5. Планируемые результаты	7

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график.....	21
2.2. Условия реализации программы.....	22
2.3. Формы аттестации.....	22
2.4. Список литературы.....	23

Раздел 3. Приложения

3.1. Оценочные материалы.....	24
3.2. Методические материалы.....	24
3.3. Календарно-тематическое планирование.....	25
3.4. Лист корректировки.....	39
3.5. План воспитательной работы.....	40

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивные игры» разработана в соответствии со следующей нормативно-правовой базой:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями на 01.07.2020);
- Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями на 31.07. 2020);
- Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;
- Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;
- Национальный проект «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 № 16);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015г. №996-р;
- Концепция развития дополнительного образования детей, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р.
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.12.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к

организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей»;

- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» [12].

- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

- Письмо Министерства образования и науки РФ от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»;

- Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 20.02.2019 № ТС - 551/07 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью»;

- Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 №131-ЗРК/2015 (с изменениями на 10.09.2019).

- Устав Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Крымрозовская СШ» Белогорского района Республики Крым от 22.12.2016

Направленность: физкультурно-спортивная.

На занятиях осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на

- разностороннюю физическую подготовку оздоровительной направленности;

- получение простейших навыков техники и тактики различных спортивных игр с учетом возрастных и психофизиологических особенностей учащихся.

Актуальность программы: в настоящее время существует проблема дефицита физической активности детей из-за чрезмерного увлечения гаджетами, что отрицательно сказывается на их развитии. Одним из следствий этой негативной тенденции является существенное снижение уровня физических качеств учащихся и рост детской заболеваемости.

Занятия спортом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, восполняют недостаток двигательной активности, имеющийся у обучающихся в связи с высокой учебной нагрузкой, малоподвижным образом жизни.

Новизна - изучение особенностей разных спортивных игр.

Отличительные особенности программы – программа ориентирована на применение широкого комплекса средств и методов физической культуры для увеличения уровня физической подготовленности обучающихся. Программный материал курса составлен с учетом возрастных и половых особенностей обучающихся.

Педагогическая целесообразность – используются упражнения, которые развивают двигательные качества обучающихся, упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, развивают

определенные мышцы тела. Из этих упражнений составляются комплексы, отличающиеся разной степенью сложности в зависимости от количества представленных в каждом из них компонентов и характера их сочетания.

***Адресат программы** – занятия рассчитаны на обучающихся не имеющих стойких навыков работы с мячом, возрастной категории от 10 до 17 лет, с основной и дополнительной группами здоровья.*

***Объем и срок освоения программы** - общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения – 34, срок освоения программы – 1 год.*

***Режим занятий** – занятия проводятся 1 раз в неделю по 45 минут, 34 часа в год, продолжительность занятий 45 минут.*

***Уровень программы** – базовый.*

***Формы обучения** – очная.*

***Особенности организации образовательного процесса** - группы учащихся одного возраста, состав группы постоянный, возможно проведение соревнования с другими группами.*

1.2. Цель и задачи программы

Цель: развитие физических качеств учащихся посредством овладения техниками и тактиками игры в различные спортивные игры.

Задачи:

Образовательные (обучающие, предметные)

- руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время занятий спортивными играми;
- выполнять основные технические действия и приёмы игры в баскетбол в соревновательной деятельности;

Личностные (воспитательные)

- взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий;

- **Метапредметные (развивающие)**

- классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку с целью развития физических качеств;

- осуществлять судейство по осваиваемой спортивной игре.

1.3. Воспитательный потенциал дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Воспитательная работа в рамках программы «Спортивные игры» направлена на: изучение истории развития различных спортивных игр; знакомство с биографией и достижениями известных российских тренеров.

Для решения поставленных воспитательных задач и достижения цели программы учащиеся привлекаются к участию в мероприятиях учреждения, муниципалитета, региона.

Предполагается, что в результате проведения воспитательных мероприятий будет достигнут высокий уровень сплоченности коллектива, повышение интереса к занятиям физической культурой и спортом.

1.4. Содержание программы

Материал программы дается в трёх разделах: основы знаний, двигательные умения и навыки, развитие двигательных качеств.

Программный материал раздела «Основы знаний» отрабатывается на теоретических занятиях и в ходе освоения конкретных технических навыков и умений, развития двигательных способностей.

Раздел «Двигательные умения и навыки» представлен подвижными и спортивными играми.

В подразделе «Подвижные игры» изучаются командные игры: «Охотники и утки», «Перестрелка», «Летающий мяч», «Борьба за мяч», «Городки», «Бабки», «Лапта».

В подразделе «Спортивные игры» представлен материал, способствующий обучению техническим и тактическим приемам игры баскетбол.

Раздел «Развитие двигательных качеств» включает в себя упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, развивают определенные двигательные качества. Из этих упражнений составляются комплексы упражнений, отличающиеся разной степенью сложности в зависимости от количества представленных в каждом из них компонентов и характера их сочетания.

Подраздел «Соревнования» рассматривается как итоговое занятие.

7 класс

1. Основы знаний (3 часа).

1.1. Профилактика травматизма. Физическая культура и спорт в Российской Федерации на современном этапе.

1.2. История развития российского баскетбола.

2. Двигательные умения и навыки (8 часов).

2.1. Подвижные командные игры (3 часа). «Борьба за мяч», «Городки», «Бабки», «Лапта».

2.2. Баскетбол (9 часов).

Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек. Стойки игрока. Перемещения в стойке. Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение).

Овладение техникой ведения мяча. Ведение мяча с разной высотой отскока; с изменением направления, с пассивным сопротивлением защитника.

Овладение техникой ловли и передачи мяча. Передача мяча со сменой мест в движении.

Овладение техникой бросков мяча. Бросок мяча после ведения два шага. Бросок после ведения, ловли, с пассивным сопротивлением.

Освоение индивидуальных защитных действий. Перехват мяча.

Закрепление техники и развитие координационных способностей. Комбинации из освоенных элементов владения мячом и перемещений: ловля, передача, ведение, бросок.

Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.

Игра по правилам мини-баскетбола.

Тактическая подготовка. Позиционное нападение (5:0) со сменой мест. Нападение быстрым прорывом (2:1). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди».

Освоение индивидуальных и командных защитных действий. Зонная защита 3:2, 2:3.

На знания о физической культуре. Терминология; техника ловли, передачи, ведение мяча или броска; тактика нападения (быстрый прорыв, расстановка игроков, позиционное нападение) и защиты (зона). Правила и организация избранной игры (цель и смысл игры, игровое поле, количество участников, поведение игроков в нападении и защите). Правила техники безопасности при занятиях баскетболом.

На овладение организаторскими способностями. Помощь в судействе, комплектование команды, подготовка места проведения игры.

Самостоятельные занятия. Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости. Игровые упражнения по совершенствованию технических приёмов. Подвижные игры и игровые задания, приближенные к содержанию баскетбола. Правила самоконтроля.

3. Развитие двигательных способностей (7 часов).

3.1. Комплексы упражнений (7 часов).

Гимнастические упражнения. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Упражнения с набивными мячами. Упражнения на сопротивление, гантелями, на гимнастической стенке.

Упражнения для мышц туловища и шеи. Упражнения с набивными мячами – лёжа на спине и лицом вниз, сгибание и поднимание ног, мяч зажат между стопами ног, прогибание, наклоны, упражнения в парах.

Упражнения для мышц ног, таза. Упражнения без предметов индивидуальные и в парах (приседания в различных исходных положениях,

подскоки, ходьба, бег). Упражнения с набивными мячами: приседания, выпады, прыжки, подскоки.

Легкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 50м. Повторный бег 3х20-30м, 3х30-40м. Эстафетный бег с этапами до 50м. Бег с препятствиями. Бег в чередовании с ходьбой до 400м. Кросс до 3км.

Подвижные игры: «Эстафета футболистов», «Эстафета баскетболистов», «Эстафета с прыжками чехардой», «Встречная эстафета с мячом», «Ловцы».

Упражнения для развития быстроты. Стартовые рывки с мячом, в соревнованиях с партнером, вдогонку за летящим мячом. Бег с остановками и с резким изменением направления. Челночный бег, отрезки пробегаются лицом, спиной вперед, правым, левым боком, приставными шагами.

Упражнения для воспитания скоростно-силовых качеств. Подпрыгивание на месте в яме с песком как на одной, так и на двух ногах, по 5-8 отталкиваний в серии. Прыжки по наклонной плоскости выполняются на двух, одной ноге.

Упражнения с отягощениями. Упражнения с набивными мячами (2-3кг); передачи различными способами одной и двумя руками с места и в прыжке (20-30 раз). Ходьба в полуприседе с набивными мячами (30м).

3.2. Соревнования (4 часов).

Принять участие в трех-четырех соревнованиях. Контрольные игры и соревнования. Разбор проведённых игр. Устранение ошибок.

8 класс

1. Основы знаний (2 час).

1.1. Оказание доврачебной помощи. Правила баскетбола. Техника и тактика спортивной игры. Жесты судей.

2. Двигательные умения и навыки (8 часов).

2.1. Подвижные командные игры (3 часа). «Борьба за мяч», «Городки», «Бабки», «Лапта».

2.2. Баскетбол (8 часов).

Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение).

Овладение техникой ведения мяча. Ведение мяча с пассивным и активным сопротивлением защитника.

Овладение техникой ловли и передачи мяча. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя от груди, с отскоком от пола; двумя – от головы в движении. Передача мяча с пассивным сопротивлением защитника.

Овладение техникой бросков мяча. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции. Штрафной бросок. Бросок двумя руками снизу после ведения.

Освоение индивидуальных защитных действий. Защитные действия против игрока с мячом и без мяча.

Закрепление техники и развитие координационных способностей. Комбинации из освоенных элементов владения мячом и перемещений: ловля, передача, ведение, бросок.

Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей. Игра по упрощенным правилам баскетбола.

Нападение быстрым прорывом (3:2). Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5.

Освоение индивидуальных и командных защитных действий. Борьба за мяч после отскока от щита.

3. Развитие двигательных способностей (9 часов).

3.1. Комплексы упражнений (9 часов).

Гимнастические упражнения. Упражнения с гимнастическими поясами, гантелями, резиновыми амортизаторами, на гимнастической стенке.

Упражнения для мышц туловища и шеи. Упражнения без предметов индивидуальные и в парах на сопротивление. Упражнения с набивными мячами (3кг)

Упражнения для мышц ног, таза. Упражнения с набивными мячами: приседания, выпады, прыжки, подскоки. Упражнения с гантелями – бег, прыжки, приседания.

Легкоатлетические упражнения. Низкий старт и стартовый разбег до 60м. Повторный бег 3х40-50м. Эстафетный бег с этапами до 50-60м. Бег с препятствиями от 60 до 80м (количество препятствий от 4 до 10). Кросс до 5км.

Подвижные игры: «Эстафета с прыжками чехардой», «Встречная эстафета с мячом», «Мяч ловцу», «Перетягивание каната», «Катающаяся мишень».

Упражнения для развития быстроты. Стартовые рывки с мячом, в соревнованиях с партнером, вдогонку за летящим мячом, в соревнованиях с партнером за овладение мячом.

Бег с остановками и с резким изменением направления. Бег с набивными мячами в руках (массой от 3кг). Бег с изменением скорости и способа передвижения в зависимости от зрительного сигнала.

Упражнения для воспитания скоростно-силовых качеств. Прыжки по наклонной плоскости выполняются на двух, одной ноге под гору и с горы, отталкивание с максимальной скоростью. Разнообразные прыжки со скакалкой. Прыжки через барьер толчком одной и двух ног.

Упражнения с отягощениями. Упражнения с набивными мячами (2-5кг); передачи различными способами одной и двумя руками с места и в прыжке (30-40 раз). Ходьба в полуприседе с набивными мячами (50-60м).

3.2. Соревнования (4 часов).

Принять участие в пяти соревнованиях. Контрольные игры и соревнования. Разбор проведённых игр. Устранение ошибок.

9 класс

1. Основы знаний (2 час).

1.1. Современное олимпийское движение. Судейство соревнований.

2. Двигательные умения и навыки (9 часов).

2.1. Подвижные командные игры (3 часа). «Охотники и утки», «Борьба за мяч», «Лапта».

2.2. Баскетбол (7 часов).

Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение).

Овладение техникой ведения мяча. Ведение с пассивным и активным сопротивлением защитника.

Овладение техникой ловли и передачи мяча. Скрытые передачи. Передача мяча со сменой мест в движении. Передача мяча с пассивным и активным сопротивлением защитника.

Овладение техникой бросков мяча. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции в прыжке. Штрафной бросок. Добивание мяча после отскока от щита.

Освоение индивидуальных защитных действий. Перехват мяча. Защитные действия против игрока с мячом и без мяча.

Закрепление техники и развитие координационных способностей. Комбинации из освоенных элементов владения мячом и перемещений: ловля, передача, ведение, бросок.

Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей. Игра по правилам баскетбола.

Тактическая подготовка. Нападение быстрым прорывом (3:2). Взаимодействие двух (трех) игроков в нападении и защите (тройка и малая восьмерка, через «заслон», восьмерка).

Освоение индивидуальных и командных защитных действий. Борьба за мяч после отскока от щита. Зонная защита 3:2, 2:3.

3. Развитие двигательных способностей (6 часов).

3.1. Комплексы упражнений (3 часов).

Гимнастические упражнения. Упражнения с гимнастическими поясами, гантелями, резиновыми амортизаторами, на гимнастической стенке.

Упражнения для мышц туловища и шеи. Упражнения без предметов индивидуальные, в парах с набивными мячами.

Упражнения для мышц ног, таза. Упражнения с набивными мячами: приседания, выпады, прыжки, подскоки. Упражнения с гантелями – бег, прыжки, приседания.

Легкоатлетические упражнения. Низкий старт и стартовый разбег. Повторный бег 4х50-60м. Бег 60м с низкого старта. Эстафетный бег с этапами до 80-100м. Бег с препятствиями от 60 до 100м (количество препятствий от 4 до 10). Кросс до 5км.

Подвижные игры: «Борьба за мяч», «Городки», «Бабки», «Лапта».

Упражнения для развития быстроты. По зрительному сигналу рывки с места с максимальной скоростью на отрезках 5, 10, 15...30м, с постоянным изменением исходных положений. Стартовые рывки с мячом, в соревнованиях с партнером за овладение мячом.

Бег с остановками и с резким изменением направления, с набивными мячами в руках (массой от 3 до 6 кг), с поясом-отягощением или куртке с весом. Бег с изменением скорости и способа передвижения в зависимости от зрительного сигнала.

Упражнения для воспитания скоростно-силовых качеств. Прыжки через барьер толчком одной и двух ног. Выпрыгивание на гимнастические маты с постепенным увеличением высоты.

Упражнения с отягощениями. Упражнения с набивными мячами (3-5кг); передачи различными способами одной и двумя руками с места и в прыжке (30-50 раз). Ходьба в полуприседе с набивными мячами (60-100м).

3.2. Соревнования (4 часов).

Принять участие в пяти соревнованиях. Контрольные игры и соревнования. Разбор проведённых игр. Устранение ошибок.

3. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
7 КЛАСС					
1	Основы знаний	1	1		
2	Профилактика травматизма. Физическая культура и спорт в Российской Федерации на современном этапе.	1	1		Входная диагностика. Выявление умений обучающихся выполнять простейшие упражнения с мячом
3	История развития российского баскетбола.	1	1		Текущий контроль. Практическое задание
4	Двигательные умения и навыки	8		8	Промежуточный контроль. Выполнение контрольных нормативов по ОФП
5	Подвижные игры	3		3	Текущий контроль. Практическое задание
6	Спортивные игры (баскетбол)	9		9	Текущий контроль. Практическое задание
7	Развитие двигательных способностей	4		4	Текущий контроль. Практическое задание
8	Комплексы упражнений для формирования взаимосвязей между отдельными физическими качествами	3		3	Промежуточный контроль. выполнение контрольных нормативов по ОФП
9	Соревнования	4		4	Итоговая аттестация. Соревнование
		34	3	31	

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
8 КЛАСС					
1	Основы знаний	1	1		
2	Оказание доврачебной помощи. Правила баскетбола. Техника и тактика игры. Судейские жесты.	1		1	Входная диагностика. Выявление умений обучающихся выполнять простейшие упражнения с мячом
3	Двигательные умения и навыки	8	1	7	Текущий контроль. Практическое задание
4	Подвижные игры	3		3	Промежуточный контроль. Выполнение контрольных нормативов по ОФП
5	Спортивные игры (баскетбол)	8		8	Текущий контроль. Практическое задание
6	Развитие двигательных способностей	6		6	Текущий контроль. Практическое задание
7	Комплексы упражнений для формирования взаимосвязей между отдельными физическими качествами	3		3	Промежуточный контроль. выполнение контрольных нормативов по ОФП
8	Соревнования	4		4	Итоговая аттестация. Соревнование
		34	2	32	

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
9 КЛАСС					
1	Основы знаний	1	1		
2	Современное олимпийское движение. Судейство соревнований.	1	1		Входная диагностика. Выявление умений обучающихся выполнять простейшие упражнения с мячом
3	Двигательные умения и навыки	9	1	8	Текущий контроль. Практическое задание
4	Подвижные игры	3		3	Промежуточный контроль. Выполнение контрольных нормативов по ОФП
5	Спортивные игры (баскетбол)	7		7	Текущий контроль. Практическое задание
6	Развитие двигательных способностей	6		6	Текущий контроль. Практическое задание
7	Комплексы упражнений для формирования взаимосвязей между отдельными физическими качествами	3		3	Промежуточный контроль. выполнение контрольных нормативов по ОФП
8	Соревнования	4		4	Итоговая аттестация. Соревнование
		34	3	31	

Содержание учебного плана

7 класс

Занятие 1-2. Вводное занятие. Техника безопасности во время занятий физическими упражнениями и играми.

Общая и специальная физическая подготовка. Роль и значение игр для комплексного развития физических способностей.

Контрольные упражнения и тесты физической подготовленности.

Занятие 3-20. Двигательные умения и навыки.

Подвижные игры.

Спортивные игры (баскетбол).

Занятие 21-33. Развитие двигательных способностей.

Комплексы упражнений для формирования взаимосвязей между отдельными физическими качествами

Соревнования.

8 класс

Занятие 1-2. Вводное занятие. Техника безопасности во время занятий физическими упражнениями и играми.

Общая и специальная физическая подготовка. Роль и значение игр для комплексного развития физических способностей.

Контрольные упражнения и тесты физической подготовленности.

Занятие 3-20. Двигательные умения и навыки.

Подвижные игры.

Спортивные игры (баскетбол).

Занятие 21-33. Развитие двигательных способностей.

Комплексы упражнений для формирования взаимосвязей между отдельными физическими качествами

Соревнования.

9 класс

Занятие 1-2. Вводное занятие. Техника безопасности во время занятий физическими упражнениями и играми.

Общая и специальная физическая подготовка. Роль и значение игр для комплексного развития физических способностей.

Контрольные упражнения и тесты физической подготовленности.

Занятие 3-20. Двигательные умения и навыки.

Подвижные игры.

Спортивные игры (баскетбол).

Занятие 21-33. Развитие двигательных способностей.

Комплексы упражнений для формирования взаимосвязей между отдельными физическими качествами

Соревнования.

1.5. Планируемые результаты

По окончании обучения учащиеся должны:

знать: различные виды спортивных игр, правила их проведения.

уметь: выполнять основные приемы игры.

Предметные результаты:

- выполнять основы личной гигиены, правила использования закалывающих процедур, профилактики нарушений осанки и поддержания достойного внешнего вида;
- руководствоваться правилами командных подвижных игр и простейшими комплексами упражнений для развития физических способностей;
- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды.
- характеризовать задачи общей физической подготовки;
- понимать цели и задачи разминки, основной и заключительной частей занятий.

Метапредметные результаты:

- выполнять основные действия и приёмы командных подвижных игр;
- руководствоваться основами техники безопасности во время занятий физическими упражнениями.

Личностные результаты:

- тестировать показатели физического развития и основных физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения двигательных действий;
- участвовать в организации и проведении спортивных праздников и соревнований.

2. Комплекс организационно – педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Количество учебных недель –34. Количество учебных дней -34. Дата начала и окончание учебного периода – 01.09.2023 г. – 24.05.2024 г. Учебные занятия проводятся с понедельника по пятницу согласно расписанию, утвержденному директором МБОУ «Крымрозовская средняя школа» Белогорского района Республики Крым, исключая каникулы. Зимние каникулы– с 31.12.2023 по 09.01.2024 г. Календарный учебный график может корректироваться в течение учебного года.

Календарный учебный график

год обучения 2023-2024

группы 1, 2, 3

	1 полугодие																2 полугодие																	
Месяц	сентябрь				октябрь				ноябрь				декабрь				январь			февраль				март				апрель			май			
Кол-во учебных недель	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34
Кол-во часов в неделю (гр.)	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
Кол-во часов в месяц (гр.)	4				4				4				4				3			4				4				3			4			
Аттестации/Формы контроля	Входная диагностика. Выявление умений обучающихся выполнять простейшие упражнения с мячом				Текущий контроль. Практическое задание				Текущий контроль. Практическое задание				Промежуточный контроль. Выполнение контрольных нормативов по ОФП				Текущий контроль. Практическое задание			Текущий контроль. Практическое задание				Текущий контроль. Практическое задание				Промежуточный контроль. выполнение контрольных нормативов по ОФП			Итоговая аттестация. Соревнование			
Объем учебной нагрузки на учебный год 34 часа на одну группу																																		

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение – занятия проводятся в спортивном зале, используются волейбольные, баскетбольные мячи (17 штук).

Информационное обеспечение – фильмы о спорте, интернет-источники.

Кадровое обеспечение – учитель физической культуры, высшая категория, стаж работы 24 года.

Методическое обеспечение представляет краткое описание методики работы по программе и включает в себя:

- образовательный процесс проводится очно;
- **методы обучения** - словесный, наглядный практический; объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, игровой, и воспитания - убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.;
- **формы организации образовательного процесса:** индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая;
- **формы организации учебного занятия** - беседа, игра, «мозговой штурм», наблюдение, олимпиада, открытое занятие, поход, практическое занятие, соревнование;
- **педагогические технологии** - технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология игровой деятельности, здоровьесберегающая технология и др.
- **алгоритм учебного занятия** – занятие состоит из трех этапов- подготовительный, на котором обучающиеся выполняют общеразвивающие упражнения, второй этап – основной – на котором обучающиеся выполняют элементы нового материала, третий этап – заключительная часть – игра с использованием новых элементов.
- **дидактические материалы** – упражнения.

Формы аттестации:

- **Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:** грамота, журнал посещаемости, протокол соревнований, фото.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:
соревнование.

Входной контроль - проводится на начальном этапе формирования коллектива, изучаются отношения ребенка к выбранной деятельности, его способности и достижения в этой области, личностные качества ребенка.

Текущий контроль - проводится в течение года, возможен на каждом занятии; определяет степень усвоения учащимися учебного материала, готовность к восприятию нового материала, выявляет учащихся, отстающих или опережающих обучение; позволяет педагогу подобрать наиболее эффективные методы и средства обучения.

Промежуточный контроль - проводится по окончании изучения темы, модуля, в конце полугодия, года, изучается динамика освоения предметного содержания ребенком, личностного развития, взаимоотношений в коллективе.

Итоговый контроль - проводится в конце обучения по программе с целью определения изменения уровня развития качеств личности каждого ребенка, его творческих способностей, определения результатов обучения, ориентирования на дальнейшее (в том числе самостоятельное) обучение.

2.4. Список литературы

Основная:

Физическая культура. 5-7 классы: учебное пособие для общеобразовательных учреждений/(М.Я. Виленский, И.М. Туревский, Т.Ю. Торочкова и др.); под ред. М.Я.Виленского. - 2-е изд. – М.: Просвещение, 2020. – 239с.

Физическая культура. 8-9 классы: учебное пособие для общеобразовательных учреждений/(М.Я. Виленский, И.М. Туревский, Т.Ю. Торочкова и др.); под ред. М.Я.Виленского. - 2-е изд. – М.: Просвещение, 2020. – 227с.

Дополнительная:

Физическая культура. Подвижные игры. 5-8 классы. Федорова Н.А.. – М.: Просвещение, 2016г., 116с.

Наглядный материал: фильмы о спортивных соревнованиях, жизни спортсменов.

3. Приложения

Приложение 1

3.1. Оценочные материалы

Входной контроль – выполнение простейших упражнений с мячом

Текущий контроль – выполнение практических заданий

Промежуточный контроль – выполнение контрольных нормативов по
ОФП

Итоговый контроль – соревнования.

3.2.Методические материалы

Тема: Волейбол. Прием и передачи мяча в волейболе, верхняя прямая подача.

Цели:

- формировать физическую культуру личности;
- расширять функциональные возможности школьников;
- воспитывать нравственные и волевые качества;
- содействовать развитию психических и индивидуальных свойств личности.

Задачи:

- 1.Совершенствования технике приема и передачи мяча сверху и снизу.
- 2.Совершенствование техники верхней прямой подачи
- 3.Учебная игра в волейбол

Место проведения: спортивный зал.

Инвентарь: волейбольные мячи

№	Содержание занятия	Дозировка	ОМУ
1. Подготовительная часть 14 мин			
1	Построение «Становись!» «Равняйся!» «Смирно!» Приветствие Сообщение задач урока Строевые упражнения	3 мин	Организация учащихся к занятию, добиваться четкого выполнения команд
2	Пульсометрия	1 мин	проверка пульса перед началом ОРУ

3	Ходьба, бег: Разновидности беговых упражнений - бег с высоким подниманием бедра; - бег с захлестыванием голени назад; - подскоки: - правым боком приставным шагом с вращением рук вперед; - левым боком приставным шагом с вращением рук назад; - бег спиной вперед - упражнения на восстановления дыхания	5 мин	дать указание учащимся: все упражнения выполнять по команде.
4	ОРУ в движении 1. и.п. кисти к плечам круговые движения вперед, назад. 2. И.п. кисти в «замок» 1-4 круговые движения кистями рук 3. И.п. правая рука вверх, левая вниз, 1-2 отведение прямых рук назад 3-4 смена рук. 4. И.п. руки согнуты перед грудью 1-2 отведение согнутых рук назад 3-4 прямых вверх. 5. Наклоны туловища вперед на каждый шаг 6. И.п. руки вперед 1-2 мах правой ногой вперед 3-4 – левой. 7. Прыжки с продвижением вперед	5 мин	Соблюдать дистанцию слушать указания Задания объяснять по ходу движения. руки не сгибать спина прямая ноги не сгибать нога прямая соблюдать дистанцию выполнять команду

	8. Пульсометрия		измерение пульса
5	9. <u>Специальные упражнения волейболиста.</u> • Передача мяча сверху правой рукой. • Передача мяча сверху левой рукой. • Передача мяча сверху двумя руками. • Передача мяча правой рукой с отскоком от пола. • Передача мяча левой рукой с отскоком от пола. • Передача мяча сверху двумя руками с отскоком партнёру.	5 мин	Четко выполнять указания учителя
2. Основная часть 25 минут			
6	1.Совершенствование техники приема и передачи мяча сверху, снизу двумя руками. Перед выполнением передачи принять стойку волейболиста перемещаться к месту встречи с мячом. Индивидуальные упражнения: упражнения в парах передачи мяча сверху, снизу. 2.Совершенствования техники верхней прямой подачи мяча Подача выполняется из высокой стойки лицом к сетке. Подбрасывая мяч вверх, выполнить удар кистью по мячу.		Спину держать прямо. Работа кистью. Мяч по прямой. Работа рук. Работа кистью активно. Передача точная. Активней работа кистями При верхней руки согнуты в локтях кисти вынесены перед лицом, при нижней передачи руки не сгибать, ноги согнуты, руку за голову не заводить, удар по мячу выполнять

	3. Двухсторонняя учебная игра - волейбол		«жесткой» кистью Соблюдать правила игры
3. Заключительная часть 6 мин.			
7	Построение, краткое подведение итогов, рефлексия, домашнее задание, организованный уход из спортзала		

3.3.Календарно-тематическое планирование

№	Дата		Название раздела, темы	Количество часов		
	По плану	По факту		Всего	Теория	Практика
7 КЛАСС						
1			Основы знаний	1	1	
2			Профилактика травматизма. Физическая культура и спорт в Российской Федерации на современном этапе.	1	1	
3			История развития российского баскетбола.	1	1	
4			Двигательные умения и навыки	1		1
5			Двигательные умения и навыки	1		1
6			Двигательные умения и навыки	1		1
7			Двигательные умения и навыки	1		1
8			Двигательные умения и навыки	1		1
9			Двигательные умения и навыки	1		1
10			Двигательные умения и навыки	1		1
11			Двигательные умения и навыки	1		1
12			Подвижные игры	1		1
13			Подвижные игры	1		1
14			Подвижные игры	1		1
15			Спортивные игры (баскетбол)	1		1
16			Спортивные игры (баскетбол)	1		1
17			Спортивные игры (баскетбол)	1		1
18			Спортивные игры (баскетбол)	1		1
19			Спортивные игры (баскетбол)	1		1
20			Спортивные игры (баскетбол)	1		1
21			Спортивные игры (баскетбол)	1		1
22			Спортивные игры (баскетбол)	1		1
23			Спортивные игры (баскетбол)	1		1
24			Развитие двигательных способностей	1		1
25			Развитие двигательных способностей	1		1
26			Развитие двигательных	1		1

			способностей			
27			Развитие двигательных способностей	1		1
28			Комплексы упражнений для формирования взаимосвязей между отдельными физическими качествами	1		1
29			Комплексы упражнений для формирования взаимосвязей между отдельными физическими качествами	1		1
30			Комплексы упражнений для формирования взаимосвязей между отдельными физическими качествами	1		1
31			Соревнования	1		1
32			Соревнования	1		1
33			Соревнования	1		1
34			Соревнования	1		1
				34	3	31

№	Дата		Название раздела, темы	Количество часов		
	По плану	По факту		Всего	Теория	Практика
8 КЛАСС						
1			Основы знаний	1	1	
2			Оказание доврачебной помощи. Правила баскетбола. Техника и тактика игры. Судейские жесты.	1		1
3			Двигательные умения и навыки	1	1	
4			Двигательные умения и навыки	1		1
5			Двигательные умения и навыки	1		1
6			Двигательные умения и навыки	1		1
7			Двигательные умения и навыки	1		1
8			Двигательные умения и навыки	1		1
9			Двигательные умения и навыки	1		1
10			Двигательные умения и навыки	1		1
11			Подвижные игры	1		1
12			Подвижные игры	1		1
13			Подвижные игры	1		1
14			Спортивные игры (баскетбол)	1		1
15			Спортивные игры (баскетбол)	1		1
16			Спортивные игры (баскетбол)	1		1
17			Спортивные игры (баскетбол)	1		1
18			Спортивные игры (баскетбол)	1		1
19			Спортивные игры (баскетбол)	1		1

20			Спортивные игры (баскетбол)	1		1
21			Спортивные игры (баскетбол)	1		1
22			Развитие двигательных способностей	1		1
23			Развитие двигательных способностей	1		1
24			Развитие двигательных способностей	1		1
25			Развитие двигательных способностей	1		1
26			Развитие двигательных способностей	1		1
27			Развитие двигательных способностей	1		1
28			Комплексы упражнений для формирования взаимосвязей между отдельными физическими качествами	1		1
29			Комплексы упражнений для формирования взаимосвязей между отдельными физическими качествами	1		1
30			Комплексы упражнений для формирования взаимосвязей между отдельными физическими качествами			
31			Соревнования	1		1
32			Соревнования	1		1
33			Соревнования	1		1
34			Соревнования	1		1
				34	2	32

№	Дата		Название раздела, темы	Количество часов		
	По плану	По факту		Всего	Теория	Практика
9 КЛАСС						
1			Основы знаний	1	1	
2			Современное олимпийское движение. Судейство соревнований.	1	1	
3			Двигательные умения и навыки	1	1	1
4			Двигательные умения и навыки	1		1
5			Двигательные умения и навыки	1		1
6			Двигательные умения и навыки	1		1
7			Двигательные умения и навыки	1		1
8			Двигательные умения и навыки	1		1
9			Двигательные умения и навыки	1		1
10			Двигательные умения и навыки	1		1
11			Двигательные умения и навыки	1		1
12			Подвижные игры	1		1
13			Подвижные игры	1		1
14			Подвижные игры	1		1
15			Спортивные игры (баскетбол)	1		1
16			Спортивные игры (баскетбол)	1		1
17			Спортивные игры (баскетбол)	1		1
18			Спортивные игры (баскетбол)	1		1
19			Спортивные игры (баскетбол)	1		1
20			Спортивные игры (баскетбол)	1		1

21			Спортивные игры (баскетбол)	1		1
22			Развитие двигательных способностей	1		1
23			Развитие двигательных способностей	1		1
24			Развитие двигательных способностей	1		1
25			Развитие двигательных способностей	1		1
26			Развитие двигательных способностей	1		1
27			Развитие двигательных способностей	1		1
28			Комплексы упражнений для формирования взаимосвязей между отдельными физическими качествами	1		1
29			Комплексы упражнений для формирования взаимосвязей между отдельными физическими качествами	1		1
30			Комплексы упражнений для формирования взаимосвязей между отдельными физическими качествами	1		1
31			Соревнования	1		1
32			Соревнования	1		1
33			Соревнования	1		1
34			Соревнования	1		1
				34	3	31

Дни занятий:

7 класс – среда

8 класс – четверг

9 класс - четверг

1 год обучения, количество часов в год 34

7 класс

№	Название темы занятия	Кол-во часов	Дата по расписанию		Форма аттестации/контроля	Примечания (корректировка)
			По плану	По факту		
1.	Основы знаний	1				
2.	Профилактика травматизма. Физическая культура и спорт в Российской Федерации на современном этапе.	1			Входная диагностика. Выявление умений обучающихся выполнять простейшие упражнения с мячом	
3.	История развития российского баскетбола.	1			Текущий контроль. Практическое задание	
4.	Двигательные умения и навыки	8			Промежуточный контроль. Выполнение контрольных нормативов по ОФП	
5.	Подвижные игры	3			Текущий контроль. Практическое задание	
6.	Спортивные игры (баскетбол)	9			Текущий контроль. Практическое задание	
7.	Развитие двигательных способностей	4			Текущий контроль. Практическое задание	
8.	Комплексы упражнений для формирования взаимосвязей между отдельными физическими	3			Промежуточный контроль. выполнение контрольных нормативов	

	качествами				по ОФП	
9.	Соревнования	4			Итоговая аттестация. Соревнование	
10.	Итого	34				

8 класс

№	Название темы занятия	Кол-во часов	Дата по расписанию		Форма аттестации/контроля	Примечания (корректировка)
			По плану	По факту		
1.	Основы знаний	1				
2.	Оказание доврачебной помощи. Правила баскетбола. Техника и тактика игры. Судейские жесты.	1			Входная диагностика. Выявление умений обучающихся выполнять простейшие упражнения с мячом	
3.	Двигательные умения и навыки	8			Текущий контроль. Практическое задание	
4.	Подвижные игры	3			Промежуточный контроль. Выполнение контрольных нормативов по ОФП	
5.	Спортивные игры (баскетбол)	8			Текущий контроль. Практическое задание	
6.	Развитие двигательных способностей	6			Текущий контроль. Практическое задание	
7.	Комплексы упражнений для формирования взаимосвязей между отдельными физическими	3			Промежуточный контроль. выполнение контрольных нормативов по ОФП	

	качествами					
8.	Соревнования	4			Итоговая аттестация. Соревнование	
9.	Итого	34				

9 класс

№	Название темы занятия	Кол-во часов	Дата по расписанию		Форма аттестации/контроля	Примечания (корректировка)
			По плану	По факту		
1.	Основы знаний	1				
2.	Современное олимпийское движение. Судейство соревнований.	1			Входная диагностика. Выявление умений обучающихся выполнять простейшие упражнения с мячом	
3.	Двигательные умения и навыки	9			Текущий контроль. Практическое задание	
4.	Подвижные игры	3			Промежуточный контроль. Выполнение контрольных нормативов по ОФП	
5.	Спортивные игры (баскетбол)	7			Текущий контроль. Практическое задание	
6.	Развитие двигательных способностей	6			Текущий контроль. Практическое задание	
7.	Комплексы упражнений для формирования взаимосвязей между отдельными физическими качествами	3			Промежуточный контроль. выполнение контрольных нормативов по ОФП	

8.	Соревнования	4			Итоговая аттестация. Соревнование	
9.	Итого	34				

3.5. План воспитательной работы

№ п/п	Мероприятие	Дата
1	Урок науки и технологий	Ноябрь
2	Всероссийский открытый урок «Основы безопасности жизнедеятельности»	Ноябрь
3	Урок, посвященный Дню солидарности в борьбе с терроризмом	Декабрь
4	Урок, посвященный Дню гражданской обороны	Декабрь
5	Урок, посвященный Дню защитника Отечества	Февраль
6	Урок, посвященный Всемирному дню гражданской обороны	Апрель
7	Урок, посвященный Дню пожарной охраны.	Апрель
8	Урок, посвященный Дню Победы советского народа в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов.	Май