

Управление образования Администрации города Нижний Тагил

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 9 поселка Уралец

Принята на заседании
педагогического совета
МАОУ СОШ №9 п.Уралец
Протокол № 8 от 31.05.2024 г

2024 г.

Утверждаю:
Директор МАОУ СОШ №9 п.Уралец
Т.В. Огибенина
Приказ № 110/1 от 31.05.2024 г.



**Дополнительная общеразвивающая программа
центра образования цифрового и гуманитарного профилей
«Точка роста»**

«Футбол, баскетбол, волейбол»

Направленность: физкультурно-
спортивная

Возраст: 9-15 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель: Сизов
Ю.О., педагог дополнительного
образования

город Нижний Тагил, п.Уралец

2. Основные характеристики программы

2.1. Пояснительная записка

Направленность: физкультурно-спортивная

Нормативно-правовая основа программы

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее - ФЗ);
2. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее - СанПиН);
3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее - Порядок);
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 года № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. N 196»;
6. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
7. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ».
8. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологическим возможностям здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);
9. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»;
10. Устав Учреждения;
11. Положение о дополнительных общеобразовательных - дополнительных общеразвивающих программах Учреждения.

Актуальность программы состоит в том, что общая характеристика игровых действий является важной основой при определении влияния спортивных игр на организм занимающихся. Спортивные игры имеют большое оздоровительно-гигиеническое значение.

Занятия командными видами спорта способствуют укреплению двигательного аппарата, улучшению общего обмена веществ, повышению деятельности всех органов и систем организма и являются средством активного отдыха.

Велико образовательно-воспитательное значение спортивных игр. На практических и теоретических занятиях по спортивным играм занимающиеся приобретают специальные знания, умения и навыки, необходимые для овладения техникой и тактикой игры, и методикой тренировки. Систематическая тренировка является действенным средством воспитания настойчивости, целеустремленности, трудолюбия. Тренировка и участие в соревнованиях способствуют развитию дружбы и товарищества, чувства долга и ответственности перед коллективом.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол, баскетбол, волейбол» разработана с учетом действующих нормативных правовых актов в сфере дополнительного образования:

Отличительные особенности программы

Программа знакомит учащихся с тремя подвижными командными играми: футбол, баскетбол, волейбол. Построена на следующих принципах:

-принцип системности и последовательности - позволяет ребенку овладеть навыками подвижных командных игр: от простого к сложному, от репродуктивного к творческому;

-принцип творчества и успеха - индивидуальная и коллективная деятельность позволяет определять и развивать индивидуальные особенности воспитанников и уникальность целой группы (коллектива). Достижение успеха в том или ином виде деятельности способствует формированию позитивной личности, самосовершенствованию своего «я»;

-принцип сознательности - предусматривает заинтересованное, а не механическое участие и действие.

Адресат общеразвивающей программы

Программа разработана для детей 9-15 лет.

Группы формируются численностью по 3-7 человек.

При построении учебного процесса рекомендуется учитывать особенности физического развития учащихся данного возраста, большое внимание уделять игре, созданию ситуации успеха. В группу принимаются учащиеся без специальной физической подготовки, не имеющих противопоказаний к занятиям с физической нагрузкой. Для учёта возрастных и психологических особенностей детей используются специальные педагогические технологии и методики.

Объем и срок освоения программы

Программа обучения рассчитана на 34 недели. Общее количество часов, запланированных на весь период обучения, составляет 102 часа.

Режим занятий

Занятия проводятся из расчёта 3 раза в неделю по 1 занятию, продолжительностью 1 академический час.

Формы обучения

Групповая, очная. Сопровождение: дистанционные технологии.

Перечень видов занятий

Лекция, практическое занятие, игра, турнир, беседа, посещение спортивных мероприятий.

Формы подведения результатов

Оценочный лист, итоговые турнирные таблицы, тестирование.

2.2. Цель и задачи программы

Цель программы: приобщить обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, к здоровому образу жизни. Задачи программы.

Для достижения поставленной цели в ходе реализации программы необходимо реализовать следующие **задачи**:

Образовательные:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в командных видах спорта;
- освоение знаний об определенных командных видах спорта, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- овладение техническим приемам и комбинациям игры;
- овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;

Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

Воспитательные:

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;
- приобщить обучающихся к здоровому образу жизни и гармонии тела.

2.3. Планируемые результаты

Предметные

- обучающиеся получают основные сведения о развитии командных игр в мире, в России, в Нижнем Тагиле.
- овладеют основами техники игры, техническими приемами и комбинацией игры.
- будут знать основные правила игры, у них будут сформированы прочные практические навыки игры.

Метапредметные

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить для себя новые задачи, акцентировать мотивы и развивать интересы своей познавательной деятельности;
- умение планировать, контролировать и объективно оценивать свои физические, учебные и практические действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- самостоятельно оценивать уровень сложности заданий (упражнений) в соответствии с возможностями своего организма;
- умение работать в команде: находить компромиссы и общие решения, разрешать конфликты на основе согласования различных позиций;

Личностные

- Обучающиеся получают первоначальный опыт собственной спортивной деятельности на основе занятий в группе, турниров и соревнований
- приобщаются к систематическим занятиям физкультурой и спортом, здоровому образу жизни;
- определять и высказывать общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех правила поведения, делать выбор, как поступить.

2.4. Содержание общеразвивающей программы
Учебный (тематический) план
102 часа

№ п/п	Название раздела	Кол-во часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	1	1	-	Опрос.
2	Физическая культура и спорт в нашей стране.	1	1	-	Опрос.
3	История развития командных игр.	2	1	1	Квиз. Опрос.
4	Модуль: Футбол	31	12	19	Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
5	Модуль: Баскетбол	31	12	19	Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
6	Модуль: Волейбол	31	12	19	Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
7	Испытание по контрольным нормативам	2	1	1	Тестирование. Выполнение обязательного минимума подготовки
8	Итоговый матч	3	-	3	Наблюдение. Соревнование. Анализ игры.
	Итого:	102	40	62	

Содержание учебного (тематического) плана

№ п/п	Наименование разделов и тем
1	Вводное занятие. Знакомство с группой, организационные вопросы, беседа, заполнение оценочного листа.
2	Физическая культура и спорт в нашей стране Знакомство с понятием о физической культуре. Опрос.
3	История развития командных игр. Изучение истории развития командных игр, происхождение футбола, баскетбола, волейбола, их распространение по миру. Проведение квиза «Не просто мяч» для закрепления пройденной темы.
4	Модуль: Футбол Изучение правил вида спорта. Правила подачи, ведение мяча. Судейство. Пробные игры. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите.
5	Модуль: Баскетбол Изучение правил вида спорта. Правила подачи, ведение мяча. Судейство. Пробные игры. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите.
6	Модуль: Волейбол Изучение правил вида спорта. Правила подачи, ведение мяча. Судейство. Пробные игры. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите.
7	Испытание по контрольным нормативам Сдача нормативов: тестирование на знания правил вида спорта, знание технических и тактических приемов, умение практически показывать свои знания. Анализ игры.
8	Итоговый матч Итоговая игра с учетом всех полученных знаний
	ИТОГО: 102 часа

3. Организационно-педагогические условия

3.1. Календарный учебный график

№ п/п	Основные характеристики образовательного процесса	1 год обучения
1	Количество учебных недель	34
2	Количество учебных дней	102
3	Количество часов в неделю	3
4	Количество часов	102
5	Неделя 1 полугодия	16
6	Неделя 2 полугодия	18
7	Начало занятий	04. 09
8	Каникулы	27.10 по 04.11, с 30.12 по 08.01, с 29.03 по 06.04

3.2. Условия реализации программы

Материально-технические условия

Перечень оборудования для теоретической части программы

№ п/п	Оборудование	Количество
1	Стол учебный	16 шт.
2	Стул	16 шт.
	Компьютер	1 шт.
	Демонстрационная доска	1 шт.
	Меловая доска	1 шт.

Перечень оборудования, технических средств обучения, материалов, необходимых для занятий

№ п/п	Оборудование	Количество
-------	--------------	------------

1	Футбольные мячи	10 шт.
2	Ворота футбольные	2 шт.
3	Сетка для переноса мячей	1 шт.
4	Волейбольная сетка;	1 шт.
5	Волейбольные мячи;	10 шт.
6	Баскетбольное кольцо	2 шт.
7	баскетбольные мячи	20 шт.
8	Набивные мячи;	20 шт.
9	Скакалки;	20 шт.
10	Компрессор для накачивания мячей;	1 шт.
11	Секундомер;	1 шт.
12	Свисток.	1 шт.
13	Табло для счета голов(очков)	1 шт.

Кадровые условия

Педагог дополнительного образования. Учитель физкультуры.

Методические материалы

- презентации в PowerPoint;
- диагностические тесты для определения уровня освоения тем программы;
- мотивационные материалы: рейтинговый лист группы;
- дидактический материал (диаграммы с заданиями по различным темам);
- литература (информационные плакаты, учебники, задачки).
- раздаточный материал;
- инструкционные и технологические карты;

3.3. Формы аттестации и оценочные материалы

Программа не предполагает отметочного контроля знаний, оценка результативности деятельности, обучающихся ведётся в течение года индивидуальным наблюдением за развитием каждого ребёнка.

Уровень освоения материала выявляется: в опросе, тестах, при решении практических упражнений, на турнирах.

Тематическое планирование

Модуль: Футбол (34 часа)

№п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Формы аттестации/контроля
1	Вводное занятие. Знакомство с группой, организационные вопросы, беседа, заполнение оценочного листа.	1	Беседа. Опросы.
2	Физическая культура и спорт в нашей стране Знакомство с понятием о физической культуре. Опрос.	1	Беседа. Опросы.
3	История развития командных игр. Изучение истории развития командных игр, происхождение футбола, баскетбола, волейбола, их распространение по миру.	1	Беседа. Опросы.
4	Проведение квиза «Не просто мяч» для закрепления пройденной темы.	1	Квиз.
5	Правила игры в футбол. Судейство игры в футбол.	1	Беседа. Опросы.
6	Классификация и терминология технических приёмов футбола. Упражнения на развитие силовых способностей	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
7	Гигиенические знания и навыки. Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
8	Удар по катящемуся мячу внутренней частью подъема	1	Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
9	Удар по неподвижному и катящемуся мячу внешней частью подъема	1	Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
10	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	1	Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками.

			Текущий контроль
11	Удар по мячу серединой и боковой частью лба	1	Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
12	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой	1	Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
13	Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы	1	Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
14	Остановка мяча грудью.	1	Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
15	Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель	1	Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
16	Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь	1	Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
17	Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы.	1	Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
18	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления движения и скорости ведения правой и левой ногой	1	Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
19	Выбивание мяча ударом ногой. Развитие скоростно-силовых способностей	1	Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль

20	Удары по мячу головой после подачи углового удара	1	Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
21	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника	1	Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
22	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Отбор мяча перехватом	1	Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
23	Ловля катящегося мяча вратарем. Отбор мяча толчком плеча в плечо	1	Наблюдение. Тренировочные игры. Анализ игр.
24	Передача мяча партнёру серединой лба. Ловля мяча, летящего навстречу	1	Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
25	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом	1	Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
26	Индивидуальные действия с мячом и без мяча. ОФП: упражнение на развитие силы.	1	Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
27	Обводка с помощью обманных движений (финтов)	1	Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
28	Ловля мяча сверху в прыжке. Развитие координационных способностей	1	Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
29	Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков при передаче мяча друг другу. Учебная игра.	1	Наблюдение. Тренировочные игры. Анализ игр.

30	Нападение без изменения позиций игроков	1	Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
31	Отбивание мяча кулаком в прыжке. Нападение с изменением позиций игроков. Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот	1	Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
32	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите	1	Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
33	Испытание по контрольным нормативам. Разбор проведенных учебных игр: положительные моменты в ходе игры, ошибки, оценка игры каждого футболиста и команды в целом.	1	Тестирование. Выполнение обязательного минимума подготовки
34	Итоговый матч. Итоговая игра с учетом всех полученных знаний	1	Итоговая турнирная таблица
ИТОГО		34	

Тематическое планирование

Модуль: Баскетбол (34 часа)

№п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Формы аттестации/контроля
1	Вводное занятие. Знакомство с группой, организационные вопросы, беседа, заполнение оценочного листа.	1	Беседа. Опросы.
2	Физическая культура и спорт в нашей стране Знакомство с понятием о физической культуре. Опрос.	1	Беседа. Опросы.
3	История развития командных игр. Изучение истории развития командных игр, происхождение футбола, баскетбола, волейбола, их распространение по миру.	1	Беседа. Опросы.
4	Проведение квиза «Не просто мяч» для закрепления пройденной темы.	1	Квиз.
5	Правила игры в баскетбол. Судейство игры.	1	Беседа. Опросы.
6	Повороты, разновидность ходьбы, стойка баскетболиста, игра в баскетбол. Передвижение. ОРУ.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
7	Повороты, разновидность ходьбы, упр. стойка баскетболиста, передвижение. ОРУ. Игра в баскетбол.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
8	Повороты, разновидность ходьбы, упр. стойка баскетболиста. Медленный бег, разновидность бега, ОРУ в парах, передвижения. ОРУ. Игра в баскетбол.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
9	Медленный бег, разновидность бега, ОРУ в парах. Игра в баскетбол.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
10	Медленный бег, передача мяча. Игра в баскетбол.	1	Беседа. Опросы.

			Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
11	Разновидность прыжков. Эстафеты с элементами баскетбола. Игра в баскетбол.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
12	Специально прыжковые упражнения, подвижные игры. Игра в баскетбол.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
13	Специально прыжковые упражнения, пионербол. Игра в баскетбол.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
14	Упр. на осанку, бег. Игра в баскетбол.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
15	Медленный бег, разновидность бега. Игра в баскетбол.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
16	Медленный бег, разновидность бега, передача мяча. Игра в баскетбол.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
17	Специально прыжковые упражнения, пионербол. Игра в баскетбол.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль

18	Медленный бег, разновидность бега, ОРУ в парах, маховые движения рук. Игра в баскетбол.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
19	Медленный бег, разновидность бега, ОРУ в парах. Игра в баскетбол.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
20	Защитные действия при опеке игрока без мяча.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
21	Броски мяча в прыжке со средней дистанции. Быстрый прорыв.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
22	Ловля высоко летящего мяча. Быстрый прорыв. Учебная игра.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
23	Имитация защитных действий против игрока нападения. Тактика защиты.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
24	Броски двумя руками от груди.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
25	Силовая подготовка. Остановка прыжком после ускорения. Учебная игра.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками.

			Текущий контроль
26	Развитие выносливости. Перевод мяча с правой руки на левую и обратно на месте.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
27	Броски мяча двумя руками снизу в движении. Двусторонняя учебная игра.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
28	Броски мяча в прыжке одной рукой в прыжке. Эстафеты.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
29	Броски мяча одной рукой после ловли мяча в движении. Учебная игра.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
30	Развитие скоростно-силовых качеств. Учебная игра.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
31	Броски мяча в прыжке одной рукой в прыжке. Эстафеты.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
32	Защитные действия при опеке игрока без мяча. Учебная игра.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
33	Испытание по контрольным нормативам. Разбор проведенных учебных игр: положительные моменты в ходе игры, ошибки, оценка игры каждого футболиста и команды в целом.	1	Тестирование. Выполнение обязательного минимума подготовки

34	Итоговый матч. Итоговая игра с учетом всех полученных знаний	1	Итоговая турнирная таблица
ИТОГО		34	

Тематическое планирование

Модуль: Волейбол (34 часа)

№п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Формы аттестации/контроля
1	Вводное занятие. Знакомство с группой, организационные вопросы, беседа, заполнение оценочного листа.	1	Беседа. Опросы.
2	Физическая культура и спорт в нашей стране Знакомство с понятием о физической культуре. Опрос.	1	Беседа. Опросы.
3	История развития командных игр. Изучение истории развития командных игр, происхождение футбола, баскетбола, волейбола, их распространение по миру.	1	Беседа. Опросы.
4	Проведение квиза «Не просто мяч» для закрепления пройденной темы.	1	Квиз.
5	Правила игры в волейбол. Судейство игры.	1	Беседа. Опросы.
6	Подвижные игры с баскетбольным мячом.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
7	Основы знаний – Правила личной гигиены спортсмена. Техника и тактика игры а нападении.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
8	Техника броска с места. Бросок мяча от плеча после ведения.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
9	Техническая подготовка. Подвижные игры с баскетбольным мячом.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
10	Бросок со штрафной линии.	1	Беседа. Опросы.

	Техника броска от щита. Бросок после двух шагов. Техника броска на месте. Техника броска одной рукой.		Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
11	Совершенствование в технике броска в кольцо одной рукой от плеча с места. Подвижная игра с мячом «21».	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
12	Совершенствование в технике бросков одной рукой от плеча в движении.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
13	Понятие о передвижении в защитной стойке. Чередование способов перемещений. Техника передвижений в защитной стойке	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
14	Понятие игры в защите. Понятие о защите против игрока без мяча. Основы знаний – Вредные привычки (курение, алкоголь, наркотики).	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
15	Понятия о защите против игрока, ведущего мяч. Понятие – индивидуальные действия (личная защита).	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
16	Понятие – командные действия в защите. Техника передвижений в защите против игрока без мяча.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
17	Техника передвижений в защите против игрока, ведущего мяч. Техника игры в защите (один защитник против двух нападающих).	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль

18	Тактическая подготовка. Изучение тактики личной системы защиты (опеки закрепленного игрока команды соперников). Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
19	Передача мяча одной рукой от плеча. Изучение техники передачи мяча одной рукой от плеча с отскоком от пола. Подвижная игра с двумя баскетбольными мячами.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
20	Контрольные упражнения. Подвижная игра «Мяч среднему». Техника овладения мячом.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
21	Подвижная игра с баскетбольным мячом. Подвижная игра с передачами мяча.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
22	Техника передачи мяча с отскоком от пола и над полом.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
23	Передача мяча двумя руками от груди с шагом и со сменой мест.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
24	Техника передачи мяча в парах на месте, со сменой мест после ведения. Передачи в движении.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
25	Техника передачи мяча при встречном движении. Совершенствование в технике передачи мяча.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками.

			Текущий контроль
26	Совершенствование в технике передачи мяча одной рукой от плеча на дальние расстояния.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
27	Понятие техники выбивания мяча и вырывания мяча у игрока, стоящего на месте. Игра в баскетбол.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
28	Техника безопасности – инструкция «Спортивные игры». Понятие техники выбивания и вырывания мяча у игрока, ведущего мяч. Изучение техники выбивания и вырывания мяча у игрока, стоящего на месте.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
29	Техника перемещения с изученными техническими приемами. Изучение техники выбивания и вырывания мяча у игрока, ведущего мяч.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
30	Понятие техники перехвата мяча. Изучение техники перехвата мяча.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
31	Правила штрафного броска. Изучение техники и способов выполнения штрафного броска. Игра в баскетбол с заданием. Игра в баскетбол без задания.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
32	Основы знаний – Мир против болезней. Тактика при выполнении штрафного броска. Изучение тактических действий при выполнении штрафного броска.	1	Беседа. Опросы. Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль
33	Испытание по контрольным нормативам. Разбор проведенных учебных игр: положительные моменты в ходе игры, ошибки, оценка игры каждого футболиста и команды в целом.	1	Тестирование. Выполнение обязательного минимума подготовки

34	Итоговый матч. Итоговая игра с учетом всех полученных знаний	1	Итоговая турнирная таблица
ИТОГО		34	

3.4. Список литературы

1. Буйлова Л.А., Ежова А.В. Организация и проведение занятий по баскетболу со студентами вузов: учебное пособие. – Воронеж: ВГИФК, 2019
2. Булыкина Л.В., Губа В.П. Волейбол. Учебник. – М.: Советский спорт, 2020
3. Внеурочная деятельность школьников: Методический конструктор (пособие для учителей) / Д.В.Григорьев, П.В.Степанов. М: Просвещение, 2012г.
4. Гомельский А.Я. Баскетбол: секреты мастерства. 1000 баскетбольных упражнений. – М.: Агенство «Фаир», 1997г. 6. Железняк Ю.Д. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения. – М.: Академия, 2004г.
5. Губа В. Теория и методика мини-футбола (футзала). Учебник – М.: Спорт, 2016
6. Лях, В. И. Комплексная программа физического воспитания для 1–11 классов \ В.И.Лях, А.А.Зданевич. – М.: Просвещение, 2010г.
7. Рыцарев В.В. Волейбол. Теория и практика. – М.: Спорт, 2016
8. Спортивные игры / Под ред. Ю. И Портных. - М.: ФиС, 1975г.
9. Физическая культура. 1–11 кл.: Программа для общеобразовательных учреждений / авт.-сост. А.П.Матвеев, Т.В.Петрова. – М.: - Дрофа, 2002г