

-----

**Муниципальное образовательное учреждение  
Сараевская средняя общеобразовательная школа**

**« УТВЕРЖДАЮ »**

**Директор школы**  
*Т.В. Клейменова* /Клейменова Т.В./  
«30» 08 2024г.



**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«Спортивные игры»**

Возраст детей: 14-16 лет  
Срок реализации программы: 2 года

Автор-составитель: Еськина Галина Владимировна

## **Раздел 1.Комплекс основных характеристик программы**

### **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивные игры» разработана в соответствии с:

- Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
- «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030года» утверждена распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022г. № 678-р;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28сентября. 2020г. N28 "Об утверждении СанПиН1.2.4 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января. 2021г. N2 "Об утверждении СанПиН1. 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности факторов среды обитания»;
- Приказом Минпросвещения России от 27.07.2022г.№629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей.»
- Уставом МОУ Сараевская СОШ.

**Направленность программы:** формирование у учащихся здорового образа жизни, приобщение школьников к систематическим занятиям спортом.

**Актуальность программы:** программа позволяет развивать личность ребенка, совершенствовать формы организации массовой физкультурно-спортивной работы.

**Новизна программы состоит в том, что учебно - воспитательный процесс осуществляется через различные направления работы (конкурсы, соревнования).**

**В основу заложен индивидуальный подход, уважение к личности ребенка, вера в его способности.**

**Уровень освоения содержания программы:** базовый

**Адресат программы:** обучающиеся 8-9 классов в возрасте 14-16 лет, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

**Объем и срок освоения программы:** срок реализации программы - 2 года, количество учебных часов по программе 68 часов

**Режим занятий:** 68 часов, 1 раз в неделю по 40 минут.

**Форма обучения очная.**

Особенности организации образовательного процесса: в программе используются педагогические приемы, принципы, методы и формы для реализации спортивного потенциала каждого ребенка.

### 1.2. Цель и задачи программы

**Цель программы:** укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию, популяризация игры в баскетбол.

**Задачи:** формирование интереса и потребности школьников к занятиям спортом, развитие основных двигательных качеств (силы, ловкости, выносливости, гибкости, быстроты).

### 1.3. Содержание программы

#### Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Форма аттестации (контроля)
		Теория	Практика	Всего 68 часов	
1.	Правила игры в баскетбол	4			
2.	История возникновения игры	2			
3.	Ведение и передачи мяча	2	16		текущий
4.	Броски мяча по кольцу	2	20		текущий
5.	Подготовка к соревнованиям	2	20		текущий

## **Содержание учебно-тематического плана программы.**

Терминология баскетбола. Влияние игровых упражнений на развитие координационных способностей, воспитание нравственных и волевых качеств. Правила игры. Техника безопасности при занятиях баскетболом. Организация и проведение соревнований. Самоконтроль и дозирование нагрузки при занятиях баскетболом. Техника и тактика владения мячом.

### **1.4. Планируемые результаты реализации программы**

#### **Личностные результаты:**

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

#### **Метапредметные результаты:**

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
  - находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
  - общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
  - обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
  - организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
  - видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
  - оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
  - управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
  - технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

#### **Предметные результаты:**

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
  - организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
  - взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
  - в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
  - находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
  - выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
  - применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

#### Регулятивные УУД:

- **Определять и формулировать** цель деятельности на занятиях с помощью учителя.
- **Проговаривать** последовательность действий на занятии.
- Учить **высказывать** своё предположение (версию), учить **работать** по предложенному учителем плану.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться совместно с учителем и другими учениками **давать** эмоциональную **оценку** деятельности класса на занятиях.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).
- Уметь организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.).

#### Познавательные УУД:

- Добывать новые знания: **находить ответы** на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
- Перерабатывать полученную информацию: **делать** выводы в результате совместной работы всего класса.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).

#### Коммуникативные УУД:

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- **Слушать** и **понимать** речь других.

- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.
- Привлечение родителей к совместной деятельности.

## Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий.

### 2.1. Календарный учебный график кружка «Спортивные игры»

#### Первый год обучения

№	Тема занятия	дата
1	Правила по предупреждению травматизма на занятиях баскетболом. Ведение мяча правой и левой рукой. Учебная игра в баскетбол.	Сентябрь
2	Ведение с изменением направления, приставным шагом. Передача двумя руками из-за головы. Бросок одной в прыжке. Учебная игра в баскетбол	
3	Ловля мяча после отскока от щита. Штрафной бросок. Вырывание и выбивание мяча. Учебная игра в баскетбол.	
4	Ловля мяча после отскока от щита. Штрафной бросок. Вырывание и выбивание мяча. Учебная игра в баскетбол	
5	Ведение с обводкой. Бросок одной рукой от головы в прыжке. Зонная защита.	Октябрь
6	Ловля высоко летящих мячей в прыжке. Зонная защита. Учебная игра в баскетбол.	
7	Передача мяча с отскоком от пола. Индивидуальная защита. Учебная игра в баскетбол.	
8	Передача одной рукой из-за спины. Индивидуальная защита. Учебная игра в баскетбол.	
9	Броски после ведения с двух шагов. Прессинг. Учебная игра в баскетбол.	Ноябрь
10	Броски в движении после передачи. Прессинг. Учебная игра в баскетбол.	
11	Специальные упражнения и комбинации. Подвижные игры и эстафеты.	
12	Специальные упражнения и комбинации. Подвижные игры.	
13	Ведение с разной высотой отскока. Позиционное нападение. Учебная игра в баскетбол.	Декабрь
14	Совершенствование бросков с места, после ведения. Нападение быстрым прорывом.	
15	Круговая тренировка(5-6 станций). Сдача контрольных нормативов. Учебная игра в баскетбол	
16	Ловля высоко летящих мячей в прыжке. Зонная защита. Учебная игра в баскетбол.	
17	Ведение с обводкой. Бросок одной рукой от головы в прыжке.	Январь

	Зонная защита.	
18	Броски после ведения с двух шагов. Прессинг. Учебная игра в баскетбол	
19	Специальные упражнения и комбинации. Подвижные игры и эстафеты	
20	Ведение с разной высотой отскока. Позиционное нападение. Учебная игра в баскетбол	Февраль
21	Совершенствование бросков с места, после ведения. Нападение быстрым прорывом.	
22	Учебная игра.	
23	Стойка и передвижения игроков. Передачи в парах, тройках. Учебная игра.	
24	Передача одной рукой из-за спины. Индивидуальная защита. Учебная игра.	Март
25	Соревнования по баскетболу.	
26	Ведение с обводкой. Бросок одной рукой от головы в прыжке. Зонная защита Учебная игра.	
27	Ловля высоко летящих мячей в прыжке. Зонная защита. Учебная игра в баскетбол.	
28	Соревнования по баскетболу.	Апрель
29	Совершенствование бросков с места, после ведения. Нападение быстрым прорывом.	
30	Учебная игра.	
31	Индивидуальные и групповые действия. Учебная игра.	
32	Учебная игра.	Май
33	Сдача контрольных нормативов. Учебная игра.	
34	Учебная игра. Подведение итогов.	

### Второй год обучения

35	Правила по предупреждению травматизма на занятиях баскетболом. Ведение мяча правой и левой рукой. Учебная игра в баскетбол.	Сентябрь
36	Ведение с изменением направления, приставным шагом. Передача двумя руками из-за головы. Бросок одной в прыжке.	



	Учебная игра в баскетбол	
37	Ловля мяча после отскока от щита. Штрафной бросок. Вырывание и выбивание мяча. Учебная игра в баскетбол.	
38	Ловля мяча после отскока от щита. Штрафной бросок. Вырывание и выбивание мяча. Учебная игра в баскетбол	
39	Ведение с обводкой. Бросок одной рукой от головы в прыжке.	Октябрь
40	Ловля высоко летящих мячей в прыжке. Зонная защита. Учебная игра в баскетбол.	
41	Передача мяча с отскоком от пола. Индивидуальная защита. Учебная игра в баскетбол.	
42	Передача одной рукой из-за спины. Индивидуальная защита. Учебная игра в баскетбол.	
43	Броски после ведения с двух шагов. Прессинг. Учебная игра в баскетбол.	Ноябрь
44	Броски в движении после передачи. Штрафной бросок. Прессинг. Учебная игра в баскетбол.	
45	Специальные упражнения и комбинации. Подвижные игры и эстафеты.	
46	Специальные упражнения и комбинации. Подвижные игры и эстафеты. Учебная игра в баскетбол.	
47	Ведение с разной высотой отскока. Позиционное нападение. Учебная игра в баскетбол.	Декабрь
48	Совершенствование бросков с места, после ведения. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом.	
49	Круговая тренировка(5-6 станций). Сдача контрольных нормативов. Учебная игра в баскетбол	
50	Ловля высоко летящих мячей в прыжке. Зонная защита. Учебная игра в баскетбол.	
51	Ведение с обводкой. Бросок одной рукой от головы в прыжке. Зонная защита.	Январь
52	Броски после ведения с двух шагов. Штрафной бросок. Прессинг. Учебная игра в баскетбол	
53	Специальные упражнения и комбинации. Подвижные игры и эстафеты	
54	Ведение с разной высотой отскока. Позиционное нападение. Учебная игра в баскетбол	Февраль
55	Совершенствование бросков с места, после ведения. Нападение быстрым прорывом.	
56	Учебная игра.	
57	Стойка и передвижения игроков. Передачи в парах, тройках. Учебная игра.	
58	Передача одной рукой из-за спины. Индивидуальная защита. Учебная игра.	Март

59	Соревнования по баскетболу.	
60	Ведение с обводкой. Бросок одной рукой от головы в прыжке. Зонная защита Учебная игра.	
61	Ловля высоко летящих мячей в прыжке. Зонная защита. Учебная игра в баскетбол.	
62	Соревнования по баскетболу.	Апрель
63	Совершенствование бросков с места, после ведения. Нападение быстрым прорывом.	
64	Учебная игра.	
65	Индивидуальные и групповые действия. Учебная игра.	
66	Учебная игра.	Май
67	Сдача контрольных нормативов. Учебная игра	
68	Учебная игра. Подведение итогов.	

## 2.2. Условия реализации программы:

**Материально-техническое обеспечение:** - обеспечение учебно-наглядными пособиями по баскетболу, пополнение материальной базы волейбольными и баскетбольными мячами, сеткой и др. инвентарём.

Педагогические условия:

- учёт индивидуальных и возрастных особенностей подростков в использовании форм, средств и способов реализации программы секции спортивных игр ;
- соблюдение единства педагогических требований во взаимоотношениях с подростками;
- создание условий для развития личности подростка и его способностей.

Методические условия:

- наличие необходимой документации:
- программы деятельности спортивной секции;
- тематического планирования секции спортивных игр.

Ожидаемые результаты работы:

- 1.Развитие природных данных обучающихся, для быстрого роста мастерства;
- 2.Овладение теоретическими и практическими основами игры в баскетбол;
- 3.Участие в спартакиаде школы по волейболу и баскетболу, формирование сборной команды школы для участия в районных соревнованиях по баскетболу.
- 4.Приобретение необходимых волевых, психологических качеств, для стабильности и успешности выступления на ответственных соревнованиях.
- 5.Содействие гражданскому, физическому и духовному развитию молодёжи.

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

Для проведения занятий в кружке имеется следующее оборудование и инвентарь:

1.Мячи баскетбольные	- 20
2. Мячи набивные	- 10
3. Гимнастическая стенка	- 4
4. Гимнастические скамейки	- 6
5. Гимнастические маты	- 10
6. Скакалки	- 20
7. Мячи волейбольные	- 10

### **2.3. Формы аттестации**

Для реализации данной программы используются разные виды контроля: конкурсы, зачеты, соревнования.

#### **Способы проверки ЗУН**

Педагогическое наблюдение, самооценка, соревнования.

### **2.4. Методические материалы**

**Особенности организации образовательного процесса** – очно .

**Методы обучения:** словесный, наглядно – практический , игровой, соревновательный.

**Формы организации образовательного процесса:** индивидуальная, групповая .

**Формы организации учебного занятия** – игра, конкурс, соревнование.

**Педагогические технологии:** групповое обучение, игровая деятельность, здоровьесберегающие технологии

### **2.5. Список литературы**

1. «Баскетбол: теория и методика обучения: учебное пособие/Д.И. Нестеровский, М.,ИЦ «Академия», 2022
2. «Баскетбол. Поурочная учебная программа для детско-юношеских спортивных школ Ю.Д.Железняк, И.А .Водяникова, В.Б. Гаптов, Москва, 2022
3. «Физическая культура» А.П.Матвеев. - М.:Просвещение, 2023
4. «Физическая культура», В.П.Богословский, Ю.Д.Железняк, Н.П. Клусов- М.:Просвещение, 2023.
5. «Физическое воспитание учащихся 5-9 классов: Пособие для учителя/В.И.Лях, Г.Б.Мейксон,Ю.А.Копылов.- М.:Просвещение, 2023, Г.И.Погадаев ИЦ «Академия», 2022
6. Е.Р. Яхонтова. Юный баскетболист: пособие для тренеров. - Москва, «Физкультура и спорт», 2022.