

**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
ЛЕНИНСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ВИНОГРАДНЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»  
ЛЕНИНСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

**ПРИНЯТО**  
Педагогическим  
советом  
МБОУ Виноградненская СОШ  
Протокол № 2  
от «28» апреля 2024 г.

**УТВЕРЖДЕНО**  
Директор  
МБОУ Виноградненская СОШ  
Е.В.Маслова  
«28» апреля 2024 г.



**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«Баскетбол»**

Направленность: физкультурно-спортивная

Срок реализации : 1 год

Вид программы: модифицированная

Тип программы: общеобразовательная  
общеразвивающая

Уровень : стартовый

Возраст обучающихся: 12-17 лет

Составитель: Банкаров Дмитрий Александрович

Должность : педагог дополнительного образования

ID: 21701

Ленинский район  
2024

## 1. Комплекс основных характеристик

### 1.1. Пояснительная записка

Программа «баскетбол» является *модифицированной*. Программа «Баскетбол» разработана на основе комплексной программы физического воспитания обучающихся 7-11 классов (В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2016) в соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами общего образования.

Настоящая программа разработана в соответствии с:

– Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции);

– Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в действующей редакции);

– Указ Президента Российской Федерации от 24.12.2014 г. № 808 «Об утверждении Основ государственной культурной политики» (в действующей редакции);

– Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;

– Стратегия научно-технологического развития Российской Федерации, утверждённая Указом Президента Российской Федерации от 01.12.2016 г. № 642 (в действующей редакции);

– Федеральный проект «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3;

– Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» (в действующей редакции);

– Национальный проект «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 г. № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями,

осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

– Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей» (в действующей редакции);

– Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (в действующей редакции);

– Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;

– Федеральный закон Российской Федерации от 13.07.2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (в действующей редакции);

– Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 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»;

– Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

– Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (в действующей редакции);

– Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

– Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года» (в действующей редакции);

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;

– Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 (в действующей редакции);

– Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;

– Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;

– Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022 г. № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;

– Постановление Совета министров Республики Крым от 20.07.2023 г. № 510 «Об организации оказания государственных услуг в социальной сфере при формировании государственного социального заказа на оказание государственных услуг в социальной сфере на территории Республики Крым»;

– Постановление Совета министров Республики Крым от 17.08.2023 г. № 593 «Об утверждении Порядка формирования государственных социальных заказов на оказание государственных услуг в социальной сфере, отнесенных к полномочиям исполнительных органов Республики Крым, и Формы отчета об исполнении государственного социального заказа на оказание государственных услуг в социальной сфере, отнесенных к полномочиям исполнительных органов Республики Крым»;

– Постановление Совета министров Республики Крым от 31.08.2023 г. № 639 «О вопросах оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ» в соответствии с социальными сертификатами»;

– Методические рекомендации 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 образования и науки РФ от 29.03.2016 г. № ВК-641/0 «О направлении методических рекомендаций»;

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

– Письмо Минпросвещения России от 19.03.2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 г. № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»;

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 31.07.2023 г. № 04-423 «О направлении методических рекомендаций для педагогических работников образовательных организаций общего образования, образовательных организаций среднего профессионального образования, образовательных организаций дополнительного образования по использованию российского программного обеспечения при взаимодействии с обучающимися и их родителями (законными представителями)»;

– Письмо Минпросвещения России от 01.06.2023 г. № АБ-2324/05 «О внедрении Единой модели профессиональной ориентации» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации профориентационного минимума для образовательных организаций Российской Федерации, реализующих образовательные программы основного общего и среднего общего образования», «Инструкцией по подготовке к реализации профориентационного минимума в образовательных организациях субъекта Российской Федерации»);

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 г. № АБ-3935/06 «Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской

Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно технологического и культурного развития страны»;

- Уставом МБОУ Виноградненская СОШ;
- Положением о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах, реализуемых в МБОУ Виноградненская СОШ (от 31.08.2023 № 156)

**Направленность программы** - физкультурно-спортивная.

Программа призвана заложить фундамент для развития спортивных способностей детей. В процессе изучения у учащихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье. Программа органично вписывается в сложившуюся систему физического воспитания в общеобразовательных учреждениях. Благодаря этому ученики смогут более плодотворно учиться, меньше болеть. Ученики, успешно освоившие программу, смогут участвовать в соревнованиях по волейболу различного масштаба. По своему воздействию спортивные игры, в том числе волейбол, являются наиболее комплексным и универсальным средством развития психомоторики человека. Специально подобранные упражнения, выполняемые индивидуально, в двойках, тройках, командах, подвижные игры и задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных способностей.

**Актуальность программы.** Игра в баскетбол актуальна тем, что она направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств

**Новизна программы** заключается в том, что в процессе учебно-тренировочных занятий учащиеся овладевают техникой и тактикой игры, приобретают навыки судейства и навыки инструктора.

**Отличительные особенности программы.** Занятия по баскетболу должны носить учебно-тренировочную направленность. Задачами учебной практики являются: овладение строевыми командами, подбором упражнений по общей физической подготовке (разминки), методики проведения упражнений и отдельных частей занятия. Судейство учебно-тренировочных игр должно осуществляться самими занимающимися, после того

как будет изучен раздел «Правила игры» и методика судейства. Необходимо научить занимающихся организовывать соревнования в группе, в школе, в летнем лагере. Каждый должен уметь вести технический протокол игры, уметь по форме составить заявку на участие в соревнованиях, таблицу учёта результатов.

**Педагогическая целесообразность** программы обусловлена проблемами современного общества: снижающийся уровень спортивной подготовки выносливости среди молодежи. Баскетбол учит детей выразительности движений, формирует и развивает физическую силу, выносливость, ловкость, смелость, а главное, укрепляет здоровье и является профилактикой заболеваний: опорно-двигательной, дыхательной, сердечно-сосудистой и других систем, жизненно важных для развития здорового поколения.

Важнейшим принципом обучения на занятиях является принцип дифференцированного обучения и индивидуальный подход к каждому ученику

**Адресат программы:** данная образовательная программа рассчитана на учащихся в возрасте от 12 лет до 17 лет. При этом не делается отбор по способностям или склонностям к данному виду спорта и не предъявляются определенные требования. В группу принимаются все учащиеся, желающие научиться играть в баскетбол, имеющие разрешение врача.

Подростковый возраст рассматривается как граница между детством и взрослостью, которая связана с участием человека в общественной жизни и деятельности. В подростковом возрасте в качестве ведущей деятельности выступает общение в системе общественных отношений и общественно полезной деятельности. Особенное положение данного возраста отражается также в его названиях – это возраст «критический», «переломный», а также «трудный». В данном возрасте фиксируется значимость происходящих в данном периоде процессов развития, которые теснейшим образом связаны с двумя жизненными этапами детством и отрочеством. Переход от детства к взрослости может рассматриваться как основное содержание и специфические отличия всех сторон развития в данном возрастном периоде – нравственном, умственном, социальном, а также физическом. В рамках данных направлений осуществляется формирование качественно новых образований личности – формируются элементы взрослости как результаты перестройки отношения со сверстниками, взрослыми, а также способам социального взаимодействия.

В качестве специфической особенности социальной ситуации развития в подростковом возрасте выступает наличие достаточно сложившегося коллектива сверстников, в котором подростки пытаются занять определенное социальное положение и социальный статус. В качестве типичной потребности подростков выступает получение признания со стороны сверстников, что формирует выраженную потребность как можно лучше соответствовать требованиям группы. Таким образом в качестве значимого фактора развития личности в подростковом возрасте выступает требования коллектива, а также его мнение.

Физический мир для подростка – это одна из возможностей субъективного опыта, в качестве сосредоточения которого выступает сам подросток. Обретая способности погружаться в себя, а также получать удовольствие от собственных переживаний, подросток открывает для себя новый мир чувств и эмоций, он начинает осмысливать самого себя, а также собственные эмоциональные проявления не только как результат внешних событий, но также как и состояние собственного «Я» .

**Объем и срок освоения программы.** Данная программа реализуется в течение одного учебного: 36 недель (I полугодие составляет 17 недель, II полугодие – 19 недель) и рассчитана на 36 часов. Продолжительность одного занятия – один академический час ( 45 минут). Обучение проходит в группе численностью до 20 человек.

**Уровень программы** – стартовый. Программа ориентирована на физическое воспитание личности, приобретение стартовых специальных знаний, умений и навыков в избранном виде спорта - баскетбол, укрепление здоровья всех желающих учащихся в течение всего периода обучения.

**Форма обучения-** очная. Занятия проводятся в очной форме, но в случаях необходимости (пандемия и т.д.) занятия могут реализовываться в дистанционном формате и включать следующие инструменты онлайн-коммуникаций: социальная сеть ВКонтакте. Формы проведения занятий- коллективные, групповые, индивидуальные.

**Особенности организации образовательного процесса.** Организация образовательного процесса происходит в соответствии с учебным планом. Состав группы постоянный, разновозрастной; в течение учебного года возможны отчисления и зачисления отдельных учащихся. Причинами для отчисления могут быть частые пропуски по болезни (более 50% занятий) и связанное с этим отставание по учебной программе, изменение режима занятий по основным школьным предметам, систематические серьезные нарушения правил поведения, а также личное желание учащегося и/или его родителей (опекунов). Зачисление новых учащихся осуществляется в случае появления



вакантных мест. В группе могут заниматься дети, обладающие разными способностями к обучению (подвижность, быстрота и координация движений, "чувство мяча"). Учитываются индивидуальные особенности детей (игровой стиль - "защитник" или "нападающий". Учебный материал рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний и практических умений и навыков

*Формы проведения занятий*- коллективные, групповые, индивидуальные.

*Виды проведения занятий*: практическое, комбинированное.

**Режим занятий.** Общее количество часов в год составляет 36 час. Периодичность занятий: 1 раз в неделю по 1 академическому часу (45 минут). Количество учащихся в группе – до 20 человек.

**Цель:** обучение базовым приемам и технике ведения спортивной игры баскетбол.

### **Задачи программы:**

#### *1) обучающие:*

- сформировать необходимые теоретических знаний;
- способствовать овладением основными приемами техники и тактики игры;

#### *2) развивающие:*

- укрепить здоровье;
- содействовать правильному физическому развитию;
- развить коммуникативную культуру учащихся
- выявить и развить организаторские навыков обучающихся
- подготовить учащихся к соревнованиям по баскетбол

#### *3) воспитательные*

- воспитывать волю, смелость, настойчивость, чувство дружбы и коллективизма;
- воспитать трудолюбие и дисциплинированность;
- воспитать чувство патриотизма и уважения к Родине ;

### **Воспитательный потенциал программы**

**Цель воспитательной работы:** создание благоприятной среды для повышения личностного роста учащихся, их развития и самореализации.

#### **Задачи воспитательной работы:**

- формировать гражданскую и социальную позицию личности, патриотизм и национальное самосознание учащихся;
- развивать творческий потенциал и лидерские качества учащихся;
- воспитывать эстетическую культуру учащихся;

- воспитывать чувство ответственности и исполнительности;
- создавать необходимые условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья учащихся.

**Ожидаемые результаты:**

- вовлечение большого числа учащихся в деятельность данного направления и повышение уровня сплоченности коллектива;
- улучшение психического и физического здоровья учащихся;
- сокращение детского и подросткового травматизма;
- развитие разносторонних интересов и увлечений детей

**Формы проведения воспитательных мероприятий:** беседа, игра, викторина, видеоэкскурс, обучающие занятия, соревнование.

**Воспитательные мероприятия по количеству участников:** групповые, парные, индивидуальные.

**Воспитательные мероприятия по содержанию воспитания:** познавательные, духовно-нравственные, культурно-досуговые, гражданско-патриотические, профилактические.

**Методы воспитательного воздействия:** словесные, практические, и др.

Для решения поставленных воспитательных задач и достижения цели программы учащиеся привлекаются к участию (подготовке, проведению) в различных мероприятиях: мастер-классах, конкурсных программах, беседах и т.д.

Предполагается, что в результате проведения воспитательных мероприятий будет достигнут высокий уровень сплоченности коллектива, повышение интереса к занятиям и уровня личностных достижений учащихся (победы в конкурсах), привлечение родителей к активному участию в работе объединения.

Для выполнения воспитательных задач педагогом разрабатывается план воспитательной работы объединения (*Приложение б*).

## **1.4. Содержание программы**

### **1.4.1. Учебный план**

№ п /п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	<b>Общая физическая подготовка</b>	12	1	11	Контрольное упражнение
2.	<b>Техника владения мячом</b>	14	2	12	Контрольное упражнение

3.	Игра по правилам с заданием	10	1	9	Контрольная упражнение
	Итого	36	4	32	

### 1.4.2. Содержание учебного плана

#### Тема 1. Общая физическая подготовка.

**Теория:** Инструктаж по технике безопасности. Цели и задачи программы. Правилами поведения в спортивном зале. Игры на знакомство. Общеразвивающие и подготовительные упражнения. Развитие специальных двигательных качеств. Техника защиты. Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Техника защиты. Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Совершенствование техники передачи мяча сверху двумя руками вперед-вверх. Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи. Обучение технике подачи мяча. Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача. Подача с вращением мяча. Подача в прыжке. Верхняя передача мяча.

**Практика:** Отработка приемов.

**Форма контроля:** Техническая подготовка (ТП). (Стойка игрока. Приёмы и передачи мяча двумя руками снизу, двумя руками сверху. Подачи снизу. Прямые нападающие удары. Защитные действия - блоки, страховки).

#### Тема 2. Техника владения мячом

**Теория:** Инструктаж по технике безопасности. Правилами поведения в спортивном зале. Техника владения мячом. Техника защиты. Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Техника защиты. Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Совершенствование техники передачи мяча сверху двумя руками вперед-вверх. Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи. Обучение технике подачи мяча. Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача. Подача с вращением мяча. Подача в прыжке. Верхняя передача мяча.

**Практика:** Общеразвивающие и подготовительные упражнения. Развитие специальных двигательных качеств. Техника защиты. Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Техника защиты. Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Совершенствование техники

передачи мяча сверху двумя руками вперед-вверх. Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи. Обучение технике подачи мяча. Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача. Подача с вращением мяча. Подача в прыжке. Верхняя передача мяча. Отработка приемов. Командные тактические действия в нападении, защите. Двухсторонняя учебная игра. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий. Игры развивающие физические способности. Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости. Судейство учебной игры в баскетбол.

Игра «баскетбол». Подача в прыжке.

**Форма контроля:** Тактическая подготовка (ТП). (Тактика подач. Тактика передач. Тактика приёмов мяча).

### **Тема 3. Игра по правилам с заданием**

**Теория:** Инструктаж по технике безопасности. Правилами поведения в спортивном зале.

**Практика:** Передача мяча двумя руками сверху через сетку с перемещением. Передача мяча двумя руками сверху у стены. Нижняя прямая подача. Прием и передача мяча снизу двумя руками. Передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3, 4. Прием и передача мяча снизу двумя руками. Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача. Передачи мяча сверху стоя спиной к цели. Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях. Прием мяча с подачи в зону 3. Верхняя прямая подача. Передачи мяча сверху двумя руками в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Учебная игра в волейбол. Передачи мяча сверху двумя руками в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Учебная игра в баскетбол.

**Форма контроля:** Контрольно-оценочные и переводные испытания

### **Планируемые результаты**

В результате изучения данного курса, обучающиеся получат возможность формирования

#### **Личностных результатов:**

- Испытывать чувство гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; уважительно относиться к культуре других народов;
- Освоить мотивы спортивной тренировки и личностный смысл занятий в спортивной секции,

- Проявлять этические чувства, доброжелательную и эмоционально-нравственную отзывчивость, понимание и сопереживание чувствам других людей;
- Сотрудничать со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; - Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- Организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования; - Соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;

### **Метапредметные результаты**

#### Владеть

- Понятиями «Техника игры», «Тактика игры», знать правила игры, владеть основными техническими приемами, применять полученные знания в игре.
- Начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного курса. - Планировать, контролировать и оценивать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.
- Определять общую цель и пути её достижения.
- Распределять функции и роли в совместной деятельности и осуществлять взаимный контроль.
- Конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества.
- Выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.
- Характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса.
- Излагать факты истории развития баскетбола.
- Играть в волейбол с соблюдением основных правил.
- Демонстрировать жесты судьи.

### **Предметные результаты:**

- Планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;
- Использовать подвижные игры с элементами баскетбола как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека; - Измерять

(познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела) и развития основных физических качеств;

- Организовывать здоровое сберегающую жизнедеятельность (режим дня, утрення зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- Выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- Излагать факты истории развития баскетбола характеризовать его роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснить ошибки и способы их устранения;
- Бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам поведения;
- Взаимодействовать со сверстниками по правилам поведения подвижных игр и соревнований;
- В доступной форме объяснять правила(технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- Применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

После освоения программы обучающиеся должны

**знать и понимать:**

- роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактики вредных привычек;
- основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;
- способы закаливания организма и основные приемы самомассажа;

**уметь:**

- составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;
- выполнять технические действия по волейболу;
- выполнять комплексы упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности;
- осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за техникой выполнения двигательных действий и режимами физической нагрузки;

– соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений;

**использовать приобретенные знания и умения** в практической деятельности и повседневной жизни для:

– проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения и коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений;

– включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг.

## **2.Комплекс организационно- педагогических условий**

### **2.1. Календарный учебный график**

Годовой календарный учебный график (*Приложение 5*).

Продолжительность учебного года составляет 36 недель (I полугодие – 17 недель, II полугодие – 19 недель). Начало учебного года – сентябрь 2024, конец учебного года – май 2025.

Учебные занятия проводятся согласно расписанию, утвержденному директором МБОУ Виноградненская СОШ, включая каникулярное время.

При необходимости с целью вычитки программного материала в полном объеме учебный год может быть продлен (с учетом требований п.п. 1, п.6, ст. 28 Закона «Об образовании в Российской Федерации»).

В случае вычитки программы до окончания учебного года в оставшиеся даты проводятся занятия воспитательного и общеразвивающего характера.

**Календарно-тематическое планирование** (*приложение 3*) разрабатывается педагогом самостоятельно в соответствии с требованиями, закрепленными в локальных актах МБОУ Виноградненская СОШ. В случае переносов, уплотнений занятий педагогом дополнительного образования заполняется **лист корректировки** (приложение 4).

### **Условия реализации программы**

#### **Материально-техническое обеспечение:**

Для проведения занятий в школе должен быть зал: минимальные размеры 24\*12м.

Для проведения занятий в секции баскетбола необходимо иметь следующее оборудование и инвентарь:

1. кольцо баскетбольное - 2шт.
2. гимнастическая стенка- 1 шт.
3. гимнастические скамейки-10шт.
4. гимнастические маты-3шт.
5. скакалки- 5 шт.
6. мячи набивные (масса 1кг)- 3шт.

7. мячи баскетбольные – 2 шт.

рулетка- 1шт

**Информационное обеспечение.** Для занятий и информационно-просветительских мероприятий используются обучающие и профилактические видеоролики, мастер-классы, аудио-, фотоматериалы из интернет-источников (официальный сайт ООО «Инфоурок», Фестиваль педагогических идей «Открытый урок», Международный образовательный портал МААМ, образовательная социальная сеть nsportal.ru)

**Кадровое обеспечение.** Педагог, работающий по данной программе - это педагог дополнительного образования, имеющий высшее педагогическое образование по специальности физическое воспитание знать специфику дополнительного образования по направлению игровые вида спорта (волейбол, баскетбол, футбол) иметь практические навыки в сфере организации интерактивной деятельности детей. Педагог должен владеть базовыми навыками работы с компьютерной техникой и программным обеспечением, базовыми навыками работы со средствами телекоммуникаций (системами навигаций в сети Интернет, навыками поиска в сети Интернет, электронной почтой и т.д.), иметь навыки и опыт обучения и самообучения с использованием цифровых образовательных ресурсов.

### **Методическое обеспечение**

*Формы организации образовательного процесса:*

- индивидуальная;
- парная;
- групповая;
- коллективная.

*Педагогические технологии:* здоровьесберегающие технологии, групповые технологии, технология коллективной творческой деятельности, коммуникативная, дифференцированного обучения, проблемного обучения, игровой деятельности.

### **Алгоритм учебного занятия:**

Образовательный процесс включает в себя вводно-подготовительную часть (упражнения общей и специальной подготовки), основную часть (направленную на решение основных задач занятия: теоритическую и практическую подготовку) и заключительную часть (включающую, как правило, подвижные игры невысокой интенсивности).

*В теоретической части* рассматриваются вопросы техники и тактики игры в баскетбол .

*В практической части* изучаются технические приемы.



Во время занятий при изучении нового материала и закреплении практических умений и навыков используются различные *формы и методы*:

- методы словесного восприятия,
- метод наглядности,
- практический метод,
- соревнование и игра

Наибольший эффект и результат дают игровые и соревновательные формы, которые в основном и используются на занятиях

**Методическое обеспечение программы** включает в себя: методическую литературу и методические материалы, разработки для обеспечения образовательного и воспитательного процесса (планы-конспекты занятий, сценарии воспитательных мероприятий (*Приложение 2*)). Оригиналы хранятся у педагога дополнительного образования и используются в образовательном процессе.

#### **Формы аттестации**

Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в соревнованиях, в организации и проведении судейства. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке проводится 2 раза в год (декабрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

#### **Контрольные испытания.**

##### **Общефизическая подготовка.**

Бег 30 м бх5м. на расстоянии 5 м чертятся две линии – стартовая и контрольная. По зрительному сигналу учащийся бежит. Преодолевая 5 м шесть раз. При изменении движения в обратном направлении обе ноги испытуемого должны пересечь линию.

*Прыжок в длину с места.* Замер делается от контрольной линии до ближайшего к ней следа при приземлении. Из трех попыток берется лучший результат.

##### **Техническая подготовка.**

*Испытание на точность передачи.* Устанавливаются ограничители расстояния и высоты передачи. Каждый учащийся выполняет 5 попыток.

*Испытание на точность передачи через сетку.*

*Испытания на точность подачи.*

*Испытания на точность нападающего удара.*

*Испытания в защитных действиях.*

##### **Тактическая подготовка.**

Действия при приеме мяча в поле. Основное содержание испытаний заключается в выборе способа действия в соответствии с заданием, сигналом. Дается два упражнения: 1) выбор способа приема мяча (по заданию). Дается 10 попыток. Учитывается количество правильных попыток и качество приема. 2) выбор способа действия: прием мяча от нападающего удара или выход к сетке на страховку и прием мяча от скидки. Дается 10 попыток. Учитывается количество правильно выполненных заданий и качество

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

для педагога:

- Аулик, И. В. Как определить тренированность спортсмена. -М.,2007. - 210с.
- 2. Башкин, С. Г. Уроки по баскетболу. - М., 2006. - 128с.
- 3. Буйлов, Ю. Ф., Портных, Ю. И. Мини-баскетбол в школе. - М., 2006. - 130с.
- 4. Былеева, А. В., Коротков, И. М. Подвижные игры. - М.,2006. - 246с.
- 5. Волков, В. М. Тренеру о подростке. - М.,2007. - 118с.
- 6. Гандельсман,А. Б., Смирнов, К. М. Физиологические основы методики спортивной тренировки. - М., 2010. - 210с.
- 7. Гомельский, А. Я. Тактика баскетбола. - М.,2006. - 136с.
- 8. Гомельский, А. Я. Управление командой в баскетболе. - М.2006. - 124с.
- 9. Грасмс, А. Специальные упражнения баскетболиста. - М.,1967.
- 10. Давыдов М., Минков Б. Методические рекомендации по судейству \* баскетбольных матчей. - Минск, 1981.
- 11. Дергач А. А., Исаев А. А. Творчество тренера. - М., 2007. - 110с.
- 12. Железняк Ю. Д. Информационное обеспечение управления в системе подготовки спортивных резервов в игровых видах спорта на основе комплекса объективных показателей. - М., 2008. - 88с.
- 13. Зациорский, В. М. Физические качества спортсмена. - М., 2010. - 100с.
- 14. Зельдович, Т. А., Кераминас, С. А. Подготовка юных баскетболистов. -М.,2006. - 114с.
- 15. Коузи, Б., Поуэр, Ф. Баскетбол, концепции и анализ (перевод с англ.)-М., 2005. - 96с.
- 16. Кожевников, З. Я. Тренировка ловкости и быстроты баскетболиста. - М., 2010. - 75с.
- 17. Кудряшов, В., Мирошникова, Р. Технические приемы игры в баскетбол. - Минск, 2007. - 68с.
- 18. Линдеберг, Ф. Баскетбол. Игра и обучение. - М., 2010. - 95с.
- 19. Матвеев, Л. П. Основы спортивной тренировки. - М., 2007. - 210с.
- 20. Набатникова, М. Я. Основы управления подготовкой юных спортсменов. - М., 2009. - 66с.
- 21. Нестеровский, Д.И. Баскетбол: Теория и методика обучения: учеб. Пособие для студ. высш. уч. завед. /Д.И.Нестеровский.- 3-е изд., стер. - М., Издательский центр «Академия», 2007. - 336с.
- 22. Нортон, Б. Упражнения в баскетболе. - М., 2009. - 78с.

- 23. Озолин, Н. Г. Современная система спортивной тренировки. -М.,2010. - 114с.
- 24. Пахомова С.В. Подвижные игры и эстафеты в физическом воспитании студентов[Текст]: методические указания /С.В.Пахомова, Е.В.Витун. - Оренбург ГОУ ОГУ, 2005 - 24с.
- 25. Петровский, В. В. Организация спортивной тренировки. - Киев, 2008. - 100с.
- 26. Питхолстер, Г. Энциклопедия баскетбольных упражнений (перевод с англ.). - М., 2006. - 66с.
- 27. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения: С 73 Учеб.для студ. высш. пед. учеб. заведений /Ю.Д.Железняк, Ю.М.Портнов, В.П.Савин, А.В.Лексаков; Под ред. Ю.Д.Железняк, Ю.М.Портнова. - 2-е изд., стереотип. - М.: Издательский центр «Академия», 2006. - 520 с
- 28. Скоростно-силовая подготовка юных спортсменов. /Под общей ред. В. П. Филина. - М., 2008. - 110с.
- 29. Стонкус, С. Индивидуальная тренировка баскетболистов. -М.,2007. - 120с.
- 30. Теория и методика физического воспитания. Учебник для институтов физической культуры./Под общей ред. Л. П. Матвеева, Д. А. Новикова. 2-е изд. испр. и доп. (в 2 т.). - М, 2006. - 310с.
- 31. Яковлев, В. Игры для детей. - М., 2005. - 112с.
- 32. Яхонтов, Е. Р. Индивидуальная подготовка баскетболистов. - СПб., 2006. - 112с.
- 33. Яхонтов, Е. Р., Генкин, З. А. Баскетбол. - М., 2008. - 210с.
- 34. Яхонтов, Е. Р., Кит, Л. С. Индивидуальные упражнения баскетболиста. - М, 2010. - 136с.

#### **Для учащихся**

1. Баскетбол: средства и методы обучения: учеб. пособие [Текст] / М.Л. Берговина. – Сыктывкар: ИПО СыктГУ, 2011. 112 с.
2. Нестеровский Д. И. Баскетбол: Теория и методика обучения: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений [Текст] / Д.И. Нестеровский. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. 336 с.
3. Официальные правила баскетбола ФИБА 2010. Центральное бюро ФИБА, Гонконг, 2010.
4. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства: учебник для студ. вузов. Доп. УМО [Текст] // под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова. - 5-е изд., стереотип. – М.: Академия, 2012. – 398 с.

5. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений [Текст] // под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова. - 2-е изд., стереотип. - М.: Издательский центр «Академия», 2004. 520 с.

#### **Для родителей:**

1. Баскетбол. Теория и методика обучения [Текст] // под общ. ред. Д. И. Нестеровского. – М.: Академия, 2004. 336с.
2. Джон Р. Современный баскетбол [Текст] / Р. Джон. - М.: Физкультура и спорт, 2002. 143 с.
3. Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры: учебник для студ. учрежд. ВПО /В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2012. – 411 с.
4. Левина И. М. Баскетбол [Текст] / И.М. Левина. – М.,: ФиС, 2004. 340 с.
5. Портнов Ю. М. Баскетбол: учебник [Текст] / Ю.М. Портнов. – М.: ФиС, 2002. 342 с.
6. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие [Текст] / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2000. 180 с.
7. Чернова Е.А. Упражнения и игры с мячами в системе подготовки баскетболистов: метод. пособ. для тренеров [Текст] / Е.А. Чернова, В.С. Кузнецов. – М., 2003. 102 с

#### **Интернет-ресурсы:**

1. Социальная сеть работников образования: [Электронный ресурс]. М.2010-2014. URL: <http://nsportal.ru/user>
2. Сообщество учителей – предметников «Учительский портал»: [Электронный ресурс]. М.2007-20015. URL: <http://www.uchportal.ru>
3. Фестиваль педагогических идей «Открытый урок»: [Электронный ресурс]. М. 2003-2015. URL: <http://festival.1september.ru>

## ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

### Входной контроль

Примерные вопросы для беседы:

- 1) Что в вашем понимании «баскетбол»?
- 2) С чего начинается и чем заканчивается каждое занятие по баскетболу?
- 3) Для чего нужна разминка?
- 4) Чем полезны занятия по баскетболу?
- 5) Как вы считаете, для игры в баскетбол нужен именно баскетбольный мяч или подойдет любой?
- 6) Как вы считаете, почему для занятия в баскетболом, необходимо иметь первую группу здоровья?

### Промежуточная аттестация

Примерные показатели двигательной подготовленности по годам обучения:

Контрольные упражнения (задания)	Юноши			Девушки		
	5	4	3	5	4	3
Бег 20 метров, (сек)	3,5	3,7	3,9	3,8	4,1	4,4
Бег 60 метров, (сек)	8,8	8,9	9,0	9,7	10,1	10,5
6 – минутный бег, (м)	1400	1250	1000	1200	1100	800
Челночный бег 3 X 10 м, (сек)	8,3	9,0	9,3	8,7	9,3	10,0
Прыжок в длину с места, (см)	2,05	1,90	10	2,00	1,80	1,40
Подтягивание, количество раз	8	6	3	-	-	-
Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу, количество раз	-	-	-	19	15	5

### Оценка уровня технико-тактической подготовленности обучающихся в физкультурно-спортивной группе («Баскетбол»)

Целью контрольных испытаний являлось: определить уровень технико-тактической подготовленности учащихся физкультурно-спортивных групп (1,2 и 3 года обучения) на

данном этапе, выделить претендентов на перевод в тренировочную группу соответствующего возраста.

Условия проведения испытаний для всех испытуемых одинаковы. Каждое испытание учащиеся выполняют по очереди. При выполнении любого теста на всей площадке должен находиться только испытуемый. Каждое испытание вначале объясняется, а затем показывается испытуемым. Это делается для более точного воспроизведения предлагающегося задания.

**В качестве контрольных испытаний были использованы следующие тесты:**

**а) Перемещение 6х5.**

Тест служит для оценки перемещения разными способами.

На площадке чертится квадрат со стороной 5м. На конце одной из сторон ставится отметка (чертится линия) – место старта и финиша. На противоположной линии ставится другая отметка, от которой движение начинается в обратном направлении.

Передвижение начинается с наружной стороны ограничительных линий. Баскетболист становится лицом по ходу движения у места старта (квадрат остается впереди слева). По сигналу он передвигается лицом вперед (5м.), затем по другой стороне квадрата приставными шагами левым боком в защитной стойке (5м.) и спиной вперед (5м.), заступает одной ногой за ограничительную линию и продельывает весь путь в обратном направлении: лицом вперед, приставным шагом правым боком, в защитной стойке и спиной вперед. В момент пересечения игроком линии финиша секундомер останавливается.

Каждый испытуемый выполняет по две попытки, лучший результат записывается, округляется с точностью до десятых секунд.

**б) Комбинированное упражнение.**

Тест позволяет определить у детей степень владения технико-тактическими приемами, точность бросков в движении и в прыжке; оценить быстроту передвижения, технику ведения правой и левой рукой.

В правой ближней половине площадки (если стоять на середине лицевой линии лицом к площадке) располагаются 4-е набивных мяча. Первый в середине площадки в трех метрах от средней линии, второй на боковой линии в 6-ти метрах от линии; третий в середине площадки в 6-ти метрах от первого мяча и четвертый – в правом ближнем углу площадки. С

левой стороны площадки, вдоль боковой линии на расстоянии 2-х метров от нее, стоят три стойки. Одна стойка – на средней линии площадки, две другие – впереди и сзади от нее на расстоянии 2-х м. Игрок начинает движение с места пересечения боковой и средней линии в правой стороне площадки. Он передвигается левым боком в защитной стойке к первому мячу, касается его левой рукой, затем передвигается правым боком по направлению ко второму мячу, касается его правой рукой, продолжает движение левым боком к третьему мячу, касается его рукой и правым боком направляется к 4-му мячу. Коснувшись его правой рукой, игрок делает рывок к средней линии, на которой лежит баскетбольный мяч (расстояние от мяча до правой боковой линии 1м.), берет его и ведет его на противоположную половину площадки. Затем игрок входит в 3-х секундную зону и выполняет бросок в движении правой рукой, ловит мяч и ведением левой рукой выводит его к области штрафного броска с правого края, если смотреть на кольцо. Далее игрок обходит зону штрафного броска слева на право, входит в область штрафного броска и выполняет бросок в движении уже левой рукой. Подобрал мяч после броска, игрок ведет его сильной рукой к стойкам, попеременно обводит их правой, затем левой; правой рукой ведет мяч к противоположному щиту и завершает упражнение броском мяча в прыжке после остановки в области линии штрафного броска. Время останавливается при касании мячом кольца. Оценивается время выполнения упражнения с точностью до десятой доли секунды.

#### **в) Броски с точек**

Тест позволяет определить у баскетболистов точность попадания мяча в корзину с разного расстояния и под разным углом. Вокруг трехсекундной зоны (трапеции) с обеих сторон площадки расположены 4-е отметки для бросков. Первые две точки расположены на расстоянии 4-х метров по обе стороны от бокового края щита, перпендикулярно кольцу, две другие расположены на дальних от щита углах трапеции, в районе линии штрафных бросков. С каждой отметки выполняется по 5-ть бросков любым способом с места. Броски мяча в корзину выполняются в любой последовательности, с начала на одной стороне площадки, затем на другой. В общей сложности выполняется 40 бросков с точек. Учитывается количество попаданий мяча в корзину.

#### **г) Штрафной бросок.**

Тест позволяет определить точность попадания штрафных бросков. Штрафной бросок выполняется в 4-х метрах от баскетбольного щита с линии штрафных бросков. Оценивается количество попаданий в корзину из 30 бросков.

#### **Оценочная таблица компонентов технико-тактической подготовленности**

Оценка в баллах	Комбинированный тест	Перемещение 6x5	Штрафной бросок	Броски с точек
-----------------	----------------------	-----------------	-----------------	----------------



	Время выполнения в сек.	Время выполнения в сек.	Кол-во попаданий (из 30)	Кол-во попаданий (из 40)
5 (высокая)	34,8	9,3	20	19
4 (хорошая)	36,2-34,9	9,8-9,4	18-19	16-18
3 (средняя)	37,6-36,3	10,3-9,9	16-17	13-15
2 (низкая)	37,7	10,4	15	12

### Итоговая аттестация

Игра в баскетбол. Знание тактики игры, техника, навыки.

*Приложение 1.2.*

### Мониторинг результатов обучения при реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

№	Ф.И.О. учащегося	Теоретическая подготовка учащегося			Владение специальной терминологией	Практическая подготовка учащегося			Участие в спортивных соревнованиях
		Выс	Дос	Низ		Выс	Дос	Низ	
		8-10б.	4-7б.	1-3б.		8-10б.	4-7б.	1-3б.	

Банкаров Д.А.

\_\_\_\_\_ подпись

## Методические материалы

### ПЛАН-КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ «Баскетбол»12-17 лет

**Руководитель:** Банкаров Дмитрий Александрович

**Тема:** Верхняя прямая подача с вращением. Прием мяча с подачи в зону 3. Передача из зон 1, 6, 5 в зону 3 с приема подачи. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4.

**Цель урока:** совершенствование техники выполнения элементов баскетбол а.

**Планируемые результаты:**

**Предметные.** Совершенствовать технику приема и передачи мяча двумя руками сверху и снизу, технику нижней прямой подачи.

**Метапредметные.** Способствовать развитию ловкости, быстроты действий и скорости бега

**Личностные.** Воспитывать собранность и ответственность перед командой за свои действия, смелость, настойчивость, взаимовыручку.

**Место проведения:** спортивный зал

**Спортивный инвентарь:** сетка волейбольная, мячи волейбольные, скакалка.

**Ход урока**

**Подготовительная часть. Организационный момент.**

Построение и приветствие. Сообщение задач урока и инструктаж по ТБ. Ходьба и ее разновидности, одновременно разминаем пальцы, кисти рук. Бег медленный, бег приставными шагами, правым боком одновременно круговые движения руками вперед, пальцы сжать-разжать хлопок на уровне груди, левым боком круговые движения руками назад, пальцы сжать-разжать хлопок на уровне таза. Во время бега по звуковому сигналу выполнять имитацию приема мяча сверху и снизу. Ускорения вдоль боковой линии волейбольной площадки. Ходьба с выполнением упражнений на восстановление дыхания. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Класс выстраивается в две шеренги. Каждому ученику одной из шеренг дается по волейбольному мячу.

**Основная часть .**

1. *Верхняя передача мяча над собой* : а) чередование высок, низкой передачи мяча, б) с хлопком перед грудью ( за спиной)

2. *Передача мяча снизу двумя руками перед собой*: а) с хлопком перед грудью, б) чередование верхней и нижней передачи мяча

3. *Передачи мяча в парах*, игроки располагаются за боковыми границами волейбольной площадки а) один игрок, перемещаясь до средней линии приставным шагом одна нога впереди, делает верхнюю передачу мяча и возвращается в и. п. спиной вперед, партнер мяч ловит и повторяет задание, б) игроки выполняют нижнюю передачу мяча перед собой в движении до средней линии и верхней передачей направляют мяч партнеру, в) один игрок выполняет только верхнюю передачу мяча, а другой принимает мяч двумя руками снизу, г) игрок верхней передачей мяча (либо броском) направляет мяч вверх над средней линией волейбольной площадки, партнер выполняет перемещение и принимает мяч снизу двумя руками над собой.

4. *Передача мяча в парах на расстоянии*

5. *Нижняя прямая подача через сетку*

Для проведения *соревновательно-игровых заданий* формируются 2 команды (команда – учащиеся одной шеренги).

6. *Игра «Мяч в воздухе»*. Игроки двух команд строятся в двух кругах, занимая разные половины зала, и передают мяч друг другу двумя руками сверху, снизу по кругу в любом направлении. Каждый игрок должен быть готовым принять и точно передать мяч. Разрешается в случае необходимости передача мяча одной рукой, но запрещается захваты мяча, двойные удары над собой и повторные передачи между одними и теми же игроками. Задача команды - не допустить падение мяча на пол. Выигрывает команда, сделавшая наибольшее количество передач по сумме трех попыток. Соревнования начинаются одновременно в двух кругах. Для контроля за действиями играющих к каждой команде прикрепляется судья из числа освобожденных учеников.

7. *Игра «Ланта баскетболистов»*

Играют две команды, одна из которых подающая, а другая принимающая подачу. Подающие находятся за линией подачи, а принимающие, как обычно в зонах. По сигналу игрок подает мяч на сторону противника, а сам быстро бежит вокруг площадки (за линиями) и возвращается на свое место. Игроки противоположной команды принимают мяч и разыгрывают его между собой, стараясь сделать как можно больше точных передач за то время, пока игрок, подававший мяч,

бежит по кругу. Как только игрок вернется на место подачи, розыгрыш мяча прекращается. Так игра продолжается до тех пор, пока все игроки подающей команды не выполнят перебежку. После этого подсчитывается общее количество передач мяча, которые сделала принимающая команда во время перебежек игроков подающей команды. Играющие меняются ролями и игра повторяется. За каждую неудачно выполненную подачу (в сетку, за пределы площадки и т.д.) команде противников начисляется 10 передач. Игрокам, перебрасывающим мяч, нельзя терять мяч, пользоваться повторными передачами между одними и теми же партнерами.

### **Заключительная часть. Рефлексия**

1. Построение.
2. Подведение итогов урока, анализ выполнения задач урока
3. Организованный выход из спортивного зала.

## **СЦЕНАРИЙ ВОСПИТАТЕЛЬНОГО МЕРОПРИЯТИЯ «Дружбой дорожить умеете»**

**Дата проведения:** \_\_\_\_\_

**Педагог:** Банкаров Дмитрий Александрович

**Тема:** «Дружбой дорожить умеете»

**Цель:** раскрыть сущность понятия «дружба», показать, какими качествами должен обладать настоящий друг, какую роль играют друзья в нашей жизни; развить стремление дружить с окружающими.

**Задачи:**

- 1) создать условия для раскрытия темы дружбы; формировать умение адекватно оценивать результаты своей деятельности и деятельности других; приобщить учащихся к правилам хорошего тона; закрепить правила поведения культурного человека на практике.
- 2) развить умение эффективно взаимодействовать в группе сверстников; развить основы мыслительной деятельности: памяти, внимания, воображения; умения сравнивать, анализировать, делать выводы.
- 3) воспитать чувства доброты, вежливости, взаимопонимания; культуру поведения учащихся; стремление быть полезными обществу; желания общаться, умения дружить друг с другом.

**Оборудование:** ноутбук, проектор, музыкальные колонки, тематические карточки, плакаты.

**Ход мероприятия**

**Сообщение темы и цели мероприятия.**

Как вы думаете, о чем мы будем говорить сегодня?

Какие вопросы вы бы могли задать по этой теме?

*(Учащиеся задают вопросы)*

1. Что такое дружба?
2. Кто такой друг?
3. Почему не у всех детей бывают друзья?

Дружба – близкие отношения, основанные на взаимном доверии.

Друг – человек, который связан с кем-нибудь дружбой.

Товарищ – человек, близкий кому-нибудь по взглядам, деятельности, по условиям жизни; дружески расположенный к кому-нибудь. (Произведение «Синие листья»)

У Кати было два зелёных карандаша. А у Лены ни одного. Вот и просит Лена Катю: - Дай мне зелёный карандаш.

А Катя и говорит:

- Спрошу у мамы.

Приходят на другой день обе девочки в школу. Спрашивает Лена:

- Разрешила мама?

А Катя вздохнула и говорит:

- Мама-то разрешила, а брата я не спросила.

- Ну что ж, спроси ещё у брата, - говорит Лена.

Приходит Катя на другой день.

- Ну что, разрешил брат? - спрашивает Лена.

- Брат-то разрешил, да я боюсь, сломаешь ты карандаш.

- Я осторожненько, - говорит Лена.

- Смотри, - говорит Катя, - не чини, не нажимай крепко, в рот не бери. Да не рисуй много.

- Мне, - говорит Лена, - только листочки на деревьях нарисовать надо да травку зелёную.

- Это много, - говорит Катя, а сама брови хмурит. И лицо недовольное сделала.

Посмотрела на неё Лена и отошла. Не взяла карандаш. Удивилась Катя, побежала за ней:

- Ну, что ж ты? Бери!

- Не надо, - отвечает Лена.

На уроке учитель спрашивает:

- Отчего у тебя, Леночка, листья на деревьях синие?

- Карандаша зелёного нет.

- А почему же ты у своей подружки не взяла?

Молчит Лена. А Катя покраснела как рак и говорит:

- Я ей давала, а она не берёт.

Посмотрел учитель на обеих:

- Надо так давать, чтобы можно было взять

*Педагог:*

- Почему же Лена не взяла карандаш у Кати?

- Должны ли поступать так настоящие друзья?

*Учащиеся читают стихи о дружбе.*

**«Друзья»**

Как начну конфеты есть,

У меня «друзей» не счесть.

А закончились конфеты

И «друзей» в помине нету. Так и рвет из её рук. Ну зачем мне эта «дружба»? Я и сам люблю конфеты.

*Педагог:*

- Хотели бы вы иметь таких друзей?

**Игра товарищеская «Баскетбол»**

**Подведение итогов.**

Смогли ли мы ответить на наши вопросы?

Знаете ли вы теперь, каким нужно быть человеком, чтобы найти друга?

-Я очень надеюсь, что наша дружба с каждым днём будет всё крепче и сильнее и будет нам всегда помогать. Желаю вам каждому найти своего настоящего друга.

### Календарно-тематическое планирование

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения	
			План	Факт
<b>Тема 1. Общая физическая подготовка 12 часов</b>				
1	Правила безопасности на занятиях. Основные правила игры в баскетбол	1		
2	Цели физического воспитания. Влияние игровой деятельности на формирование коммуникативных качеств личности	1		
3	Упражнения для развития силы.	1		
4	Упражнения для развития силы	1		
5	Упражнения для развития быстроты.	1		
6	Упражнения для развития быстроты	1		
7	Упражнения для развития прыгучести	1		
8	Упражнения для развития прыгучести	1		
9	Упражнения на развитие координации.	1		
10	Упражнения на развитие координации	1		
11	Упражнения для развития выносливости	1		
12	Упражнения для развития выносливости	1		
<b>Тема 2. Техника владения мячом – 14 часов</b>				
13	Перемещения баскетболиста.	1		
14	Перемещения баскетболиста	1		
15	Техника владения мячом:- ловля мяча	1		
16	Техника владения мячом:- ловля мяча	1		
17	Техника владения мячом:- передача мяча	1		
18	Техника владения мячом:- передача мяча.	1		
19	Техника владения мячом:- броски в корзину	1		
20	Техника владения мячом:- броски в корзину	1		
21	Техника владения мячом:- ведение мяча.	1		
22	Техника владения мячом:- ведение мяча	1		
23	Техника владения мячом:- финты	1		
24	Техника владения мячом:- финты	1		
25	Техника владения мячом:- техника овладения мячом.	1		
26	Техника владения мячом:- техника овладения мячом.	1		
<b>Тема 3. Игра по правилам с заданием – 10 часов</b>				
27	Игра в нападении:- индивидуальные действия;	1		
28	Игра в нападении:- групповые действия	1		
29	Игра в нападении:- командные действия.	1		
30	Игра в защите – индивидуальные действия	1		
31	Игра в защите – групповые действия	1		
32	Игра в защите – групповые действия	1		
33	Игра в защите – командные действия	1		
34	Игра в защите – командные действия	1		
35	Игра в баскетбол тренировочная.	1		
36	Итоговая игра	1		



Календарный учебный график по программе «Баскетбол»

Месяц	1 полугодие																2 полугодие																											
	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	35	36								
Кол-во часов в неделю (гр.)	4				4				4				4				4				4			4				4				5												
Кол-во часов в месяце (гр.)	1				1				1				1				1				1			1				1				4												
Кол-во часов в месяце (гр.)																																												
Аттестация/ формы контроля	Входная диагностика				Коллоквиум				Тестирование				Контрольный срез знаний				Турнир				Контрольный срез знаний				Контрольный срез знаний				Контрольный срез знаний				Контрольный срез знаний			Коллоквиум				Контрольный срез знаний				
Объем учебной нагрузки на учебный год 36 часов																																												



ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№	Наименование	Направление	Время проведения	Место проведения
1	Проведение инструктажа по ТБ	Профилактическое	сентябрь	МБОУ Виноградненская СОШ
3	Родительское собрание	Работа с семьей	сентябрь	МБОУ Виноградненская СОШ
4	Познавательная игра «Знает вся моя семья, Знаю ПДД и я ...»	Познавательное, профилактическое	сентябрь	МБОУ Виноградненская СОШ
5	Конкурсно-игровая программа «В гостях у вежливости»	Культурно-досуговое, духовно-нравственное	октябрь	МБОУ Виноградненская СОШ
6	Конкурс творческих поздравлений ко Дню учителя	Культурно-досуговое	октябрь	МБОУ Виноградненская СОШ
7	Познавательный час «Урок в разных эпохах»	Познавательное	ноябрь	МБОУ Виноградненская СОШ
8	Конкурс творческих работ «В единстве наша сила», посвященный Дню народного единства	Культурно-досуговое, гражданско-патриотическое	ноябрь	МБОУ Виноградненская СОШ
9	Беседы с учащимися и родителями о здоровом образе жизни	Профилактическое работа с семьей	ноябрь	МБОУ Виноградненская СОШ
10	Конкурс видеопоздравлений «Моя мама самая лучшая!»	Культурно-досуговое, духовно-нравственное	ноябрь	МБОУ Виноградненская СОШ
11	Воспитательное мероприятие «Дружбой дорожить умейте»	Духовно-нравственное	декабрь	МБОУ Виноградненская СОШ
13	Интерактивная игра «Знай правила»	Культурно-досуговое,	декабрь	МБОУ Виноградненская СОШ
14	Проведение инструктажа по ТБ	Профилактическое	январь	МБОУ Виноградненская СОШ
15	Интерактивная игра «Я – участник дорожного движения!»	Познавательное, профилактическое	январь	МБОУ Виноградненская СОШ
16	Конкурс видеопоздравлений посвященных Дню Защитника Отечества	Культурно-досуговое, гражданско-патриотическое	февраль	МБОУ Виноградненская СОШ
17	Единый урок, посвященный Дню воссоединения Крыма с	Гражданско-патриотическое, познавательное	март	МБОУ Виноградненская СОШ

	Россией			
18	Воспитательное мероприятие «Дружбой дорожить умеете»	Духовно-нравственное	апрель	МБОУ Виноградненская СОШ
19	Викторина «Азбука здоровья»	Познавательное, профилактическое	май	МБОУ Виноградненская СОШ
20	Родительское собрание	Работа с семьей	май	МБОУ Виноградненская СОШ