

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение – основная
общеобразовательная школа №14
(МКОУ ООШ №14)**

УТВЕРЖДЕНО

Приказом Директора МКОУ ООШ № 14

Гаврилова Л.В.

№ 18 от 17.01.2024 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«Спортивные игры»

Для обучающихся 5-9 классов

СОДЕРЖАНИЕ

1. Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы»	3
1.1 Пояснительная записка... ..	3
1.2 Цель и задачи программы... ..	5
1.3 Учебный план	6
1.4 Содержание программы	9
1.5. Планируемые результаты.....	10
2. Раздел 2. «Комплекс организационно-методических условий»	12
2.1. Календарный учебный график	12
2.2. Условия реализации программы	16
2.3. Формы аттестации.....	17
2.4. Оценочные материалы	17
2.5. Методические материалы	19
2.6. Список литературы	21

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

Нормативная база. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивные игры» (далее «Программа»), разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р;
- Стратегия развития воспитания в Свердловской области до 2025 года;
- Концепция развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 г. №1726-р);
- Приказ Министерства Просвещения РФ от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Уставом МКОУ ООШ №14 от 07.12.2023 г;
- Положением о дополнительном образовании в Муниципальном казенном общеобразовательном учреждении – основной общеобразовательной школе № 14 от 17.01.2024 г.

Направленность (профиль) программы - физкультурно-спортивная.

Актуальность программы обусловлена положением, сформулированным в Концепции воспитания тем, что воспитание молодого поколения в духе патриотизма - это первоочередная задача современного образования. К числу наиболее актуальных проблем нашего общества относится растущее число малолетних преступников, наркоманов, ранняя алкоголизация населения. Современный ребенок, получая за компьютером навык работы с информацией, уменьшает количество физической активности. Отсюда идет и массовое ухудшение здоровья детей - слабая физическая активность, интенсивные информационные нагрузки, и, как итог, психические расстройства, доводящие многих до девиантного поведения.

Необходимо активизировать познавательную деятельность молодежи, оздоровить молодое поколение как морально, так и физически. Это важнейшие задачи современного образования. Занятия спортом позволяет реализовать все эти задачи в полном объеме через соревновательную деятельность в волейболе и баскетболе. В процессе занятий физической культурой происходит познание, повышение уровня физической подготовки, общение, дружба, укрепление здоровья учащихся, и немало важно - удовлетворение потребности учащихся в активных формах двигательной активности.

Правительство Российской Федерации считает одной из важнейших

задач оздоровление нации. Наша задача - как можно быстрее отвлечь

подростков и молодёжь от зависимостей: наркомании, курения, алкоголизма. Для этого необходимо привлечь учащихся к занятиям физической культурой и спортом.

Данная программа предлагает разнообразные виды деятельности учащихся: дети обучаются игровым навыкам, правилам поведения в команде, тактическим приемам, знакомятся с правилами игры в волейбол и баскетбол.

В основе программы предусмотрены теоретические и практические занятия.

Новизна программы заключается в организации разновозрастных групп, в которые входят дети из разных классов. Занятия проходят три раза в неделю во второй половине дня.

Педагогическая целесообразность программы в том, что занятия по ней, позволяет учащимся восполнить недостатки навыков и овладеть необходимыми приёмами игры во внеурочное время, так как количество учебных часов, отведенных на изучение раздела «волейбол» и «баскетбол» в школьной программе недостаточно для качественного овладения игровыми навыками, в особенности тактическими приемами. Программа актуальна на сегодняшний день, так как её реализация восполняет недостатки двигательной активности, имеющийся у детей, в связи с высокой учебной нагрузкой, производит оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

Практическая значимость: заключается в развитии физических качеств обучающихся, получение знаний и навыков действий в экстремальных ситуациях, формирования ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.

Уровень программы «стартовый», предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

Адресат программы – обучающиеся 11-15 лет. Заниматься в группе может каждый обучающийся, не имеющий противопоказаний, прошедший медицинский осмотр и допущенный врачом к занятиям спортом.

Объем и срок освоения программы. Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения и необходимых для освоения программы - 204 час (1 год обучения - 102 часа, 2 год обучения - 102 часа). Периодичность и продолжительность занятий - 3 раза в неделю (3 часа)

Срок реализации программы- 2 года.

Формы обучения – очная, групповая. (Закон № 273-ФЗ, гл. 2, ст. 17, п. 2), а также «допускается сочетание различных форм получения образования и форм обучения» (Закон № 273-ФЗ, гл. 2, ст. 17, п. 4);

Особенности организации образовательного процесса.

Так как программа носит физкультурно - спортивный характер обучение происходит в процессе игровой деятельности, от простого к сложному. Другой особенностью организации образовательного процесса является разновозрастная группа.

Состав группы: обучающиеся 11-15 лет.

1.2. Цели и задачи программы.

Цель:

- систематическое вовлечение учащихся в двигательную деятельность, укрепление здоровья и способствование всестороннему физическому развитию, совершенствование игрового навыка.

Задачи:

Воспитательные:

- формировать культуру общения и поведения обучающихся в спортивном объединении,
- формировать культуру здорового образа жизни;
- воспитывать уважение к родителям, повысить престиж семьи;

Развивающие:

- развивать мотивацию к физкультурно - спортивной деятельности;
- способствовать развитию самостоятельности, ответственности.
- развивать основные физические качества: силу, выносливость, ловкость;
- развивать навыки сотрудничества.

Обучающие:

- обучить навыкам физкультурно - спортивной деятельности и их применению в практической жизни.

1.3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН год обучения

1

№ п/ п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение Инструктаж по ТБ	1	1	-	Собеседование
2	Общефизическая подготовка	30	3	27	
2.1	Общеразвивающие упражнения	10	1	9	Практическая работа
2.2	Упражнения на снарядах	8	1	7	Практическая работа Наблюдение
2.3	Спортивные и подвижные игры	12	1	11	Практическая работа Наблюдение
3	Специальная физическая подготовка	35	5	30	Практическая работа Тестирование
3.1	Упражнения направленные на развитие силы	7	1	6	Практическая работа Тестирование
3.2	Упражнения направленные на развитие скорости сокращения мышц	7	1	6	Практическая работа Тестирование
3.3	Упражнения направленные на развитие прыгучести	7	1	6	Практическая работа Тестирование
3.4	Упражнения направленные на развитие специальной ловкости	7	1	6	Практическая работа Тестирование
3.5	Упражнения направленные на развитие выносливости (скоростной, прыжковой, игровой)	7	1	6	Практическая работа Тестирование
4	Техническая подготовка	33	5	27	Практическая работа
4.1	Приемы и передачи мяча	13	1	12	Практическая работа Наблюдение
4.2	Поддачи мяча, ведение мяча	10	1	9	Практическая работа Наблюдение

4.3	Стойки волейболиста, баскетболиста	3	1	2	Практическая работа
4.4	Нападающие удары, броски в кольцо	5	1	4	Практическая работа
4.5	Блоки, заслоны	2	1	1	Практическая работа
5	Тактическая подготовка	4	2	2	Практическая работа
5.1	Тактика подач	3	1	2	Практическая работа Наблюдение
5.2	Тактика приемов и передач	2	1	1	Практическая работа Наблюдение
6	Правила игры	2	1	1	Практическая работа
	Итого за период обучения:	102	14	88	

2

год обучения

№ п/ п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение Инструктаж по ТБ	1	1	-	Собеседование
2	Общefизическая подготовка	20	3	17	
2.1	Общеразвивающие упражнения	8	1	7	Практическая работа
2.2	Упражнения на снарядах	4	1	3	Практическая работа
2.3	Спортивные и подвижные игры	8	1	7	Практическая работа
3	Специальная физическая подготовка	35	5	30	Практическая работа
3.1	Упражнения направленные на развитие силы	7	1	6	Практическая работа Тестирование
3.2	Упражнения направленные на развитие скорости сокращения мышц	7	1	6	Практическая работа Тестирование
3.3	Упражнения направленные на развитие прыгучести	7	1	6	Практическая работа Тестирование
3.4	Упражнения направленные на развитие	7	1	6	Практическая работа

	специальной ловкости				Тестирование
3.5	Упражнения направленные на развитие выносливости (скоростной, прыжковой, игровой)	7	1	6	Практическая работа Тестирование
4	Техническая подготовка	40	5	35	Практическая работа/Наблюдение
4.1	Приемы и передачи мяча	15	1	14	Наблюдение
4.2	Подачи мяча, ведение мяча	10	1	9	Наблюдение
4.3	Стойки волейболиста, баскетболиста	3	1	2	Наблюдение
4.4	Нападающие удары, броски в кольцо	7	1	6	Наблюдение
4.5	Блоки, заслоны	5	1	4	Наблюдение
5	Тактическая подготовка	4	2	2	Практическая работа
5.1	Тактика подач	2	1	1	Практическая работа
5.2	Тактика приемов и передач	2	1	1	Практическая работа
6	Правила игры	2	1	1	Практическая работа
	Итого за период обучения:	102	14	88	

1.4 Содержание программы

1 год обучения.

Введение: История возникновения и развития спортивных игр (волейбол, баскетбол). Современное состояние спортивных игр. Правила безопасности при занятиях.

Раздел 1. Общая физическая подготовка.

Теория: Значение ОФП в подготовке волейболистов, баскетболистов.

Практика: Общеразвивающие упражнения направленные на развитие всех физических качеств. Упражнения на снарядах, волейбол, баскетбол.

Раздел 2. Специальная физическая подготовка.

Теория: Значение СФП в подготовке волейболистов, баскетболистов.

Практика: Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приёмов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой) быстроты перехода от одних действий к другим. Подвижные и спортивные игры.

Раздел 3. Техническая подготовка.

Теория: Значение технической подготовки в волейболе, баскетболе.

Практика: Стойки. Приёмы и передачи мяча (двумя руками снизу, двумя руками сверху). Поддачи снизу. Прямые нападающие удары. Защитные действия (блоки, страховки). Стойки. Ведение мяча с разной высотой отскока. Передачи мяча. Броски мяча в кольцо. Заслоны.

Раздел 4. Тактическая подготовка.

Теория: Правила игры в волейбол, баскетбол. Значение тактической подготовки в волейболе, баскетболе.

Практика: Тактика подач. Тактика передач. Тактика приёмов мяча. Тактика ведения мяча. Тактика передач.

Раздел 5. Правила игры.

Теория: Правила игры в баскетбол. Значение тактической подготовки в баскетболе.

Практика: Тактика ведения мяча. Тактика передач.

2 год обучения.

Введение: Терминология в волейболе, в баскетболе. Правила безопасности при выполнении игровых действий. Правила игр.

Раздел 1. Общая физическая подготовка.

Теория: Методы и средства ОФП.

Практика: Общеразвивающие упражнения направленные на развитие всех физических качеств. Упражнения с отягощением, подвижные игры.

Раздел 2. Специальная физическая подготовка.

Теория: Методы и средства СФП в тренировке волейболистов, баскетболистов.

Практика: Акробатические упражнения. Упражнения сходные с основным видом действия не только по характеру нервно-мышечных усилий, но и по структуре движения. Упражнения, направленные на

развитие прыгучести, быстроты реакции, специальной ловкости. Игры по характеру действий сходные с волейболом, баскетболом.

Раздел 3. Техническая подготовка.

Теория: Характеристика техники сильнейших волейболистов, баскетболистов.

Практика: Стойки и передвижения. Приёмы и передачи мяча (двумя руками снизу, двумя руками сверху, передача назад). Подачи снизу сверху и сбоку. Нападающие удары (прямые и по диагонали). Защитные действия (блоки, страховки). Стойки, передвижение, перехват. Бросок (одной рукой от плеча, двумя руками: снизу, сверху, от груди). Ведение мяча (низкое, высокое).

Раздел 4. Тактическая подготовка.

Теория: Анализ тактических действий сильнейших волейбольных, баскетбольных команд

Практика: Тактика нападающих ударов. Тактика приёма подач, передач. Групповые и командные действия в нападении. Групповые действия при приёме нападающих ударов, взаимодействия защитников между собой, взаимодействия защитников со страхующими, взаимодействия защитников с блокирующими.

Раздел 5. Правила игры

Теория: Правила игры в волейбол. Значение тактической подготовки в волейболе.

Практика: Тактика приема и передачи мяча. Тактика подач.

1.5. Планируемые результаты.

В ходе освоения программы у обучающихся планируются следующие образовательные результаты:

Личностные результаты:

- 1) формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России;
- 2) формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир;
- 3) овладение начальными навыками адаптации в развивающемся мире;
- 4) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- 5) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками;
- 6) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

Метапредметные результаты:

- 1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- 2) освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- 3) формирование умения планировать, контролировать учебные действия;

- 4) формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- 5) использование различных способов поиска, сбора информации;
- 6) готовность слушать собеседника и вести диалог; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- 7) адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

Предметные результаты:

знать:

- 1) историю развития волейбола и баскетбола и воздействие этих видов спорта на организм человека;
- 2) значение здорового образа жизни;
- 3) требования техники безопасности при занятиях данными видами спорта;
- 4) правила игр;
- 5) терминологию игр и жесты судьи;
- 6) технику изученных приемов и тактику индивидуальных и коллективных действий.
- 7) методику регулирования психического состояния.

уметь:

- 8) технически правильно осуществлять двигательные действия, применяющиеся в волейболе и баскетболе, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- 9) применять в игре изученные тактические действия и приемы;
- 10) соблюдать правила игр;
- 11) регулировать психическое состояние во время тренировок и соревнований;
- 12) достигать оптимального боевого состояния;
- 13) организовывать и судить соревнования;
- 14) осуществлять соревновательную деятельность.

Раздел 2. «Комплекс организационно-методических условий»

2.1. Календарный учебный график , 1 год обучения

№ п/п	Учебное время	Количество учебных недель	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	1 четверть	9	14.00-15.30	Практика	2	Передвижения, прыжки, остановки. Штрафной бросок.	Спортивный зал	Практическая работа
2.			14.00-15.30	Практика	6	Передача мяча на месте и в движении. Штрафной бросок.	Спортивный зал	Наблюдение
3.			14.00-15.30	Практика	2	Передача мяча на месте и в движении. Штрафной бросок.	Спортивный зал	Тестирование
4			14.00-15.30	Практика	2	Передача мяча на месте и в движении. Штрафной бросок.	Спортивный зал	Практическая работа
5			14.00-15.30	Практика	6	Ведение с сопротивлением. Броски с места с заданных точек	Спортивный зал	Наблюдение
6			14.00-15.30	Практика	2	Ведение с сопротивлением. Броски с места с заданных точек	Спортивный зал	Тестирование
7				Практика	2	Ведение с сопротивлением. Броски с места с заданных точек	Спортивный зал	Практическая работа
8			14.00-15.30	Практика	6	Ведение с препятствиям Нападение быстрым прорывом.	Спортивный зал	Наблюдение
9		7	14.00-15.30	Практика	2	Ведение с препятствиям. Нападение	Спортивный зал	Тестирование

						быстрым прорывом.		
10	2 четверть		14.00-15.30	Практика	2	Ведение с препятствие м. Нападение быстрым прорывом.	Спортивный зал	Практическая работа
11			14.00-15.30	Практика	2	Бросок в прыжке. Зонная защита.	Спортивный зал	Наблюдение
12			14.00-15.30	Практика	6	Бросок в прыжке. Зонная защита.	Спортивный зал	Тестирование
13			14.00-15.30	Практика	6	Бросок в прыжке. Зонная защита.	Спортивный зал	Практическая работа
14			14.00-15.30	Практика	4	Вырывание, выбивание, перехват мяча	Спортивный зал	Наблюдение
	3 четверть	10	14.00-15.30	Практика	2	Вырывание, выбивание, перехват мяча	Спортивный зал	Наблюдение
15			14.00-15.30	Практика	4	Накрывание мяча при броске.	Спортивный зал	Тестирование
16			14.00-15.30	Практика	2	Накрывание мяча при броске.	Спортивный зал	Практическая работа
17			14.00-15.30	Практика	6	Бросок «крюком». Расстановка при штрафном броске.	Спортивный зал	Наблюдение
18			14.00-15.30	Практика	2	Бросок «крюком». Расстановка при штрафном броске.	Спортивный зал	Тестирование
19			14.00-15.30	Практика	2	Бросок «крюком». Расстановка при штрафном броске.	Спортивный зал	Практическая работа
20			14.00-15.30	Практика	6	Защита. Командные действия.	Спортивный зал	Наблюдение
21			14.00-15.30	Практика	2	Защита. Командные действия.	Спортивный зал	Тестирование
22			14.00-15.30	Практика	2	Защита. Командные	Спортивный	Практическая работа

						действия.	ный зал	
23			14.00-15.30	Практика	2	Взаимодействие игроков с заслонами	Спортивный зал	Наблюдение
24	4 четверть	8	14.00-15.30	Практика	8	Взаимодействие игроков с заслонами	Спортивный зал	Тестирование
25			14.00-15.30	Практика	2	Взаимодействие игроков с заслонами	Спортивный зал	Практическая работа
26			14.00-15.30	Практика	2	Взаимодействие игроков с заслонами	Спортивный зал	Наблюдение
27			14.00-15.30	Практика	4	Финты без мяча и с мячом, Ложная передача.	Спортивный зал	Тестирование
28			14.00-15.30	Практика	2	Финты без мяча и с мячом, Ложная передача.	Спортивный зал	Практическая работа
29			14.00-15.30	Практика	2	Финты без мяча и с мячом, Ложная передача.	Спортивный зал	Наблюдение
30			14.00-15.30	Практика	4	Действие защитников при пробитии штрафных бросков и розыгрыша спорных мячей.	Спортивный зал	Тестирование

2.1. Календарный учебный график , 2 год обучения

31	1 четверть	8	14.00-15.30	Практика	1	Действие защитников при пробитии штрафных бросков и розыгрыша спорных мячей.	Спортивный зал	Практическая работа
32			14.00-15.30	Практика	2	Личная защита	Спортивный зал	Наблюдение
33			14.00-15.30	Практика	3	Смешанная защита.	Спортивный зал	Тестирование

34			14.00-15.30	Практика	4	Передача мяча сверху	Спортивный зал	Практическая работа
35			14.00-15.30	Практика	2	Передача мяча сверху	Спортивный зал	Наблюдение
36			14.00-15.30	Практика	2	Передача мяча сверху	Спортивный зал	Тестирование
37			14.00-15.30	Практика	1	Передача мяча снизу	Спортивный зал	Практическая работа
38			14.00-15.30	Практика	2	Передача мяча снизу	Спортивный зал	Наблюдение
39			14.00-15.30	Практика	2	Передача мяча снизу	Спортивный зал	Тестирование
40			14.00-15.30	Практика	4	Нижняя прямая подача	Спортивный зал	Практическая работа
41			14.00-15.30	Практика	2	Нижняя прямая подача	Спортивный зал	Наблюдение
42	2 четверть	8	14.00-15.30	Практика	3	Верхняя прямая подача	Спортивный зал	Тестирование
43			14.00-15.30	Практика	2	Верхняя прямая подача	Спортивный зал	Практическая работа
44			14.00-15.30	Практика	2	Верхняя прямая подача	Спортивный зал	Наблюдение
45			14.00-15.30	Практика	2	Верхняя прямая подача	Спортивный зал	Тестирование
46			14.00-15.30	Практика	6	Прием мяча снизу	Спортивный зал	Практическая работа
47			14.00-15.30	Практика	2	Прием мяча снизу	Спортивный зал	Наблюдение
48			14.00-15.30	Практика	2	Прием мяча снизу	Спортивный зал	Тестирование
49			14.00-15.30	Практика	5	Отбивание мяча, отскочившего от сетки	Спортивный зал	Практическая работа
50	3 четверть	10	14.00-15.30	Практика	1	Отбивание мяча, отскочившего от сетки	Спортивный зал	Наблюдение
51			14.00-15.30	Практика	8	Прямой нападающий удар	Спортивный зал	Тестирование

							ный зал	
52			14.00-15.30	Практика	8	Прямой нападающий удар	Спортивный зал	Практическая работа
53			14.00-15.30	Практика	2	Прямой нападающий удар	Спортивный зал	Наблюдение
54			14.00-15.30	Практика	2	Прямой нападающий удар	Спортивный зал	Тестирование
55			14.00-15.30	Практика	6	Блокирование	Спортивный зал	Практическая работа
56			14.00-15.30	Практика	3	Блокирование	Спортивный зал	Наблюдение
57		8	14.00-15.30	Практика	1	Блокирование	Спортивный зал	Тестирование
58			14.00-15.30	Практика	4	Индивидуальные действия в нападении	Спортивный зал	Практическая работа
59			14.00-15.30	Практика	2	Индивидуальные действия в нападении	Спортивный зал	Наблюдение
60			14.00-15.30	Практика	4	Групповые и командные действия в нападении	Спортивный зал	Тестирование
61	4 четверть		14.00-15.30	Практика	2	Групповые и командные действия в нападении	Спортивный зал	Практическая работа
62			14.00-15.30	Практика	2	Индивидуальная тактика защиты.	Спортивный зал	Наблюдение
63			14.00-15.30	Практика	4	Групповые и командные действия в защите.	Спортивный зал	Тестирование
64			14.00-15.30	Практика	2	Групповые и командные действия в защите.	Спортивный зал	Практическая работа

2.2. Условия реализации программы

Организация образовательного процесса происходит в спортивном зале ОУ по адресу: город Тавда, ул. Транспортная, д. 2.

Материально-техническое обеспечение.

МКОУ ООШ № 14 располагается в типовом одноэтажном здании, имеет

отопление от котельной, освещение лампами накаливания и дневного света, холодное водоснабжение, канализацию.

В школе имеется спортивный зал площадью 126 кв.м., спортивная площадка.

Учебное оборудование:

№ п/п	Оборудование и оснащение	Количество
1	Рабочее место педагога	1 шт
2	Рулетка	1 шт
3	Мат гимнастический	6 шт
4	Мяч баскетбольный	18 шт
5	Мяч волейбольный	7 шт
6	Набивной мяч (разного веса)	5 шт
7	Скакалка	5 шт
8	Стойка для прыжков в высоту	2 шт
9	Планка для прыжков в высоту	1 шт
10	Скамья	4 шт
11	Сетка баскетбольная	2 шт
12	Сетка волейбольная	1 шт
13	Конус для разметки	5 шт
14	Высокая перекладина	2 шт

Кадровое обеспечение:

Ковязина София Эдуардовна, имеющий высшее образование ФГАОУ ВО «Тюменский государственный университет», физическая культура и менеджмент в спорте.

2.3. Формы аттестации

Реализация программы не предполагает проведения аттестации. Предусмотрены следующие формы контроля: наблюдение, тестирование, практическая работа.

2.4. Оценочные материалы

С целью изучения фиксирования образовательных результатов обучающихся разработан следующий оценочный инструментарий:

Тестовый контроль 1 год обучения

Общефизическая и специальная физическая подготовка

№ п/п	Тест	Мальчики	Девочки
1	Бег 30 м, с	6,1 - 5,5	6,3 - 5,7

2	Челночный бег 3x10 м, с	9,3 - 8,8	9,7 - 9,3
3	Прыжки в длину с места, см	160 - 180	150 - 175
4	6-минутный бег, м	1000-1100	850-1000
5	Наклон вперёд из положения сидя, см	6 - 8	8 - 10
6	Подтягивание на высокой перекладине из виса (мальчики), кол-во раз; сгибание разгибание рук в упоре лежа (девочки).	4 - 5	10 - 15
7	Прыжки со скакалкой (раз за 1 мин).	100-110	110-120
8	Прыжки в высоту с разбега, см	90-100	80-90
9	Прыжки в высоту с места, см	40-45	35-40

2 год обучения

Общефизическая и специальная физическая подготовка

№ п/п	Тест	Мальчики	Девочки
1	Бег 30 м, с	5,8 - 5,4	6,2 - 5,5
2	Челночный бег 3x10 м, с	9,0 - 8,6	9,6 - 9,1
3	Прыжки в длину с места, см	165 - 180	155 - 175
4	6-минутный бег, м	1100-1200	900 -1050
5	Наклон вперёд из положения сидя, см	6 - 8	9 - 11
6	Подтягивание на высокой перекладине из виса (мальчики), кол-во раз; на низкой перекладине из виса лёжа (девочки).	4 - 6	11 - 15
7	Прыжки со скакалкой (раз за 1 мин).	110-120	120-130
8	Прыжки в высоту с разбега, см	95-105	85-95
9	Прыжки в высоту с места, см	45-50	40-45

2.5. Методические материалы

Раздел	Форма занятия	Приёмы и методы учебно-воспитательного процесса	Форма подведения итогов
Общезначимая физическая подготовка.	Объяснение, практическое занятие	Словесный метод, метод показа. Групповой, поточный, повторный, попеременный, игровой, дифференцированный методы.	Контрольные тесты и упражнения. Мониторинг. Сдача контрольных нормативов.
Специальная физическая подготовка.	Объяснение, практическое занятие	Словесный метод, метод показа. Фронтальный, круговой, повторный, попеременный, дифференцированный, игровой методы.	Контрольные тесты и упражнения. Мониторинг.
Техническая подготовка.	Объяснение, демонстрация технического действия, практическое занятие, показ видео материала, посещение соревнований.	Повторный, дифференцированный, игровой, соревновательный методы. Идеомоторный метод. Метод расчленённого разучивания. Метод целостного упражнения. Метод подводящих упражнений.	Контрольные тесты и упражнения, мониторинг, соревнования, товарищеские встречи, зачёты.
Тактическая подготовка.	Лекция, беседа, тренировка показ видео материала, экскурсии, участие в	Групповой, повторный, игровой, соревновательный, просмотр видео материала. Посещение и последующее обсуждение соревнований.	Контрольные тесты, игры с заданиями, результаты участия в соревнованиях.
Теоретическая подготовка.	Лекция, беседа, посещение соревнований.	Рассказ, просмотр аудио и видео мат. Наблюдение за соревнованиями.	Опрос уч-ся, тестирование.
Психологическая подготовка	Объяснение, практическое занятие	Метод психорегуляции.	Наблюдение за учащимися. Выполнение специальных заданий. Наблюдение за поведением на соревнованиях.
Контроль умений и навыков.	Соревнования (школьные, муниципальные, областные), Товарищеские встречи. Тестирование. Мониторинг. Сдача контрольных нормативов по ОФП. Судейство и организация соревнований.	Индивидуальный. Контрольная работа. Участие в соревнованиях и товарищеских встречах. Метод опроса.	Обсуждение результатов соревнований. Обработка тестов. Обработка контрольных результатов.

Перечень методов и методических технологий

Методы обучения: словесный, наглядный, практический; объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, игровой,

методы воспитания - убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация;

Формы организации образовательного процесса:

индивидуальная,

индивидуально-групповая и групповая;

Формы организации учебного занятия

– игра, соревнование.

Педагогические технологии

- технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология игровой деятельности, коммуникативная технология обучения.

Алгоритм учебного занятия - беседа, практическая деятельность с демонстрацией практических приемов деятельности.

Дидактические материалы

- раздаточные материалы, задания, упражнения.

Психологическое обеспечение программы включает в себя следующие компоненты:

Создание комфортной, доброжелательной атмосферы на занятиях;

Проведение психологического тестирования с целью выявления направленности личности;

Применение индивидуальных групповых и массовых форм обучения.

Использование методики «погружения» детей (подростков) в проблему (образовательный процесс, физкультурно-спортивные мероприятия).

Программа предусматривает проведение индивидуальных занятий и консультаций с участниками объединения по их функциональным специальностям. Она основана на сочетании в каждом занятии, по каждой теме теоретических и практических форм работы таким образом, чтобы они дополняли и обогащали друг друга. При обучении необходимо использовать наглядные материалы: ТСО (в том числе - слайд-фильмы, электронные компьютерные презентации, видеофильмы), таблицы, графики, схемы, плакаты, макеты, спортивное оборудование.

2.6. Список литературы

Для обучающихся

1. «Волейбол. Шаги к успеху», перевод с английского Барбара Л. Виера, Бонни Джил Фергюсон. Издательство «Астрель», 2004 г.
2. Развитие физических качеств и двигательных навыков в спортивных играх. Библиотечка «Спорт в школе», № 2 за 2006 г.
3. Волейбол, баскетбол в школе. Обучение тактике игры. Библиотечка «Спорт в школе», № 1 за 2007 г.
4. Гарбалаускас Ч.Л. Играем в ручной мяч: Кн. для учащихся сред.и ст. классов. - М.: Просвещение, 1988. - 76 с.
5. Практика волейбола «Нападающий удар» (7 кл.) с 17-18. Журнал «Спорт в школе» № 15 за 2005 год.
6. «Спортивные игры: правила, тактика, техника». Издательство «Феникс», 2004 г.

Для педагога

7. Физическая культура и спорт в общеобразовательной школе: Пособие для учителя /В.П. Богословский, М.Н. Давыденко, В.И. Дробышев и др.; Под ред. М.Д. Рипы. - М.: Просвещение, 1985. - 96 с., ил. - (Б-ка учителя физ. культуры).
8. Физическая культура: Учеб.для учащихся 5-7 кл. общеобразоват. учреждений /М.Я. Виленский, И.М. Туревский, Т.Ю. Торочкова и др.; Под ред. М.Я. Виленского. - М.: Просвещение, 2002. - 156 с.: ил.
9. Физическая культура: Учеб.для учащихся 8-9 кл. общеобразоват. учреждений /Л.Е. Любомирский, Г.Б. Мейксон, В.И. Лях и др.; Под ред. Л.Е. Любомирского и др. - 2-е изд. - М.: Просвещение, 2001. - 112 с.
10. Примерная программа для учащихся 5-9 классов с углубленным изучением предмета «Физическая культура» под редакцией А.Т. Паршикова, Москва, «Просвещение» 2000 г.
11. «Обучение технике игры в баскетбол» В.А. Ермаков, методические рекомендации, Тула 1992 г.
12. Официальные правила игры в баскетбол.
13. Баскетбол под редакцией Ю.М. Портнова, Москва, Физкультура и спорт, 1988 г.
14. Урок физкультуры в современной школе - Москва: Физкультура и спорт 2002г
15. Спортивные игры. Учебник для студентов. №2114 «Физ. Воспитание» В.Д. Ковалева - Москва: Просвещение, 1988г
16. Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. Волейбол - Москва: Физкультура и спорт, 1983г