

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 25**

РАССМОТРЕНА
на заседании методического совета
от « 08 » 05 2024 г.
Протокол № 7

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № 25
« 08 » 05 2024 г.
Приказ № 10



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности
«Баскетбол»**

Срок реализации: 9 месяцев
Возраст обучающихся: 12-15 лет
Автор-составитель программы:
Баранцев Кирилл Викторович,
педагог дополнительного образования

г. Сургут, 2024

АННОТАЦИЯ

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» относится к физкультурно-спортивной направленности, предназначена для обучающихся 12-15 лет.

Программа рассчитана на 1 год обучения (68 часов), 2 часа в неделю.

На занятиях ребята осваивают правила игры в баскетбол, тактику и стратегию ведения игры, узнают правила игры в баскетбол и играют тренировочные товарищеские встречи между собой. Затем они участвуют в различных соревнованиях, выполняют спортивные разряды по баскетболу, становятся чемпионами и призёрами своей школы, клуба, района и выезжают на областные и общероссийские соревнования.

Также в программе освещаются вопросы безопасности и правильной техники выполнения упражнений и движений, чтобы избежать травм и обеспечить здоровое развитие игроков. Предоставляются рекомендации по подготовке к тренировкам и соревнованиям, включая литературу и восстановления после физических нагрузок. Цель программы - помочь молодым игрокам полюбить баскетбол, развить свои способности и достичь успеха в этой захватывающей и динамичной игре.

Возраст обучающихся - программа предназначена для обучения детей в возрасте 12 – 15 лет.

Объём программы – 68 часов. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 40 минут.

Срок реализации программы – 9 месяцев.

Форма обучения – групповая (25 человек в группе).

ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ) ПРОГРАММЫ

Название программы	Баскетбол
Направленность программы	Физкультурно-спортивная
Уровень программы	Базовый
Ф.И.О. педагога, реализующего дополнительную общеобразовательную программу	Баранцев Кирилл Викторович, педагог дополнительного образования, первая квалификационная категория
Год разработки/модификации	2024
Где, когда и кем утверждена дополнительная общеобразовательная программа	Решение методического совета, протокол №7 от 08.05.2024, Приказ от 08.05.2024 №Ш25-17-191/4
Информация о наличии рецензии/экспертного заключения	Не имеется
Информация о наличии рецензии	нет
Цель	Создание условий для развития базовых элементов баскетбола у занимающихся, через формирование спортивной культуры, культуры здоровья, воспитание интереса детей к спорту и приобщение их к баскетболу
Задачи	<p>Обучающие:</p> <ul style="list-style-type: none"> - овладеть приемами техники игры в баскетбол на уровне умений и навыков; - овладеть индивидуальными и групповыми тактическими действиями, правилами игры; - овладеть основами тактики командных действий; - подготовить к выполнению нормативных требований. <p>Развивающие:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать специальные способности (гибкость, быстроту, ловкость) средствами баскетбола для успешного овладения навыками игры; - привить навыки самоорганизации, волевые качеств. <p>Воспитательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - привить стойкий интерес к занятиям баскетболом, приучить к игровой обстановке; - привить навыки соревновательной деятельности в соответствии с правилами баскетбола; - формировать спортивную культуру и культуру здоровья и т.д.

<p>Планируемые результаты освоения программы</p>	<p>Личностные:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Увеличение самооценки и уверенности в себе через участие в соревнованиях и тренировках. 2. Развитие коммуникативных навыков и умения работать в коллективе. 3. Формирование целеустремленности, настойчивости и дисциплинированности в достижении спортивных целей. 4. Развитие ответственности и умения принимать решения на основе анализа ситуации во время игры. <p>Предметные:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Владение основными техническими навыками баскетбола: передача, бросок, дриблинг, защита. 2. Понимание тактических приемов и стратегий игры в баскетбол. 3. Улучшение физической подготовки, включая выносливость, скорость, гибкость и координацию движений. 4. Умение работать в команде, выполнять свою роль на площадке и поддерживать партнеров. <p>Метапредметные:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие умения самостоятельно планировать и контролировать свою тренировочную деятельность. 2. Формирование умения анализировать собственные ошибки и стремиться к их исправлению. 3. Развитие умения принимать решения в сложных ситуациях на площадке и вне ее. 4. Повышение уровня спортивной мотивации и стремления к саморазвитию в области баскетбола.
<p>Срок реализации программы</p>	<p>9 месяцев</p>
<p>Количество часов в неделю / год</p>	<p>2 часа, 68 часов</p>
<p>Возраст обучающихся</p>	<p>От 12 до 15 лет</p>
<p>Методическое обеспечение (применяемые методики, технологии)</p>	<p>Для педагога:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. "Баскетбол: техника и тактика игры" – Владимир Трушкин (2020) 2. "Баскетбольная тактика: современные методики" – Николай Шапилов (2018) 3. "Баскетбол: физическая подготовка и здоровье" – Мария Сергеева (2022) 4. "Баскетбольные стратегии: опыт российских клубов" – Андрей Макаров (2018) 5. "Баскетбол для детей и подростков" – Ольга Кузнецова (2021) 6. "Баскетбольные тренировки: от начального уровня до профессионального" – Артем Григорьев (2018) 7. "Баскетбольная медицина: забота о здоровье игроков" – Анна Красильникова (2020) 8. "Баскетбольные игры и упражнения для детей" – Екатерина Белякова (2022) 9. Луничкин В.Г., Экспериментальное обоснование методики совершенствования приемов

техники игры у высококвалифицированных баскетболистов [Текст]: (На примере броска в прыжке): Автореферат дис. на соискание ученой степени кандидата педагогических наук. (13734) / Гос. центр. ин-т физ. культуры. - Москва: [б. и.], 2013. - 19 с.

10. "Психология в баскетболе: путь к победе" – Елена Козлова (2021)

11. "Подготовка вратарей в баскетболе: российский опыт" – Валентин Жуков (2019)

12. "Система развития баскетбола в России: история и перспективы" – Сергей Михайлов (2017)

13. "Секреты успешного баскетбола" – Дмитрий Васильев (2019)

14. "Тренировка и подготовка в баскетболе" – Алексей Соловьев (2019)

15. "Тренировка молодых баскетболистов: опыт российских тренеров" – Игорь Петров (2017)

16. "Техника бросков в баскетболе: современные подходы" – Евгений Никитин (2020)

17. Чичикина, П.В. Игнатъева В.Т. «Проектирование учебного процесса по физической культуре в общеобразовательном учреждении» (НГЦ, Н. Новгород, 2005)

Для обучающихся и родителей:

1. "Баскетбол.ру" – Российский портал о баскетболе с новостями, статистикой и форумом для обсуждения.

2. "Баскетбольный Журнал" – Онлайн-ресурс с материалами о российском баскетболе, турнирах и командах.

3. "Баскетбольная Лига" (Официальный сайт) – Сайт Российской баскетбольной лиги с расписанием, статистикой и новостями.

4. "Баскетбол в России" (ВКонтакте-группа) – Группа в социальной сети с обсуждением и новостями о баскетболе в России.

5. "Баскетбольный клуб ЦСКА" (Официальный сайт) – Сайт баскетбольного клуба Центральной Спортивной Армии с новостями и информацией о команде.

6. "Баскетбольные новости России" (Telegram-канал) – Канал в мессенджере Telegram с оперативными новостями и анонсами событий в российском баскетболе.

7. "БК Zenit" (Официальный сайт) – Сайт баскетбольного клуба "Зенит" с информацией о команде, играх и новостях.

8. "БК Химки" (Официальный сайт) – Официальный ресурс баскетбольного клуба "Химки" с последними новостями и анонсами.

	<p>9. "Спорт-Экспресс: Баскетбол" – Раздел на сайте "Спорт-Экспресс" с актуальными новостями и аналитикой по баскетболу в России и мире.</p> <p>10. "Sportbox.ru: Баскетбол" – Секция на сайте Sportbox.ru, предоставляющая новости и обзоры событий в мире баскетбола.</p>
<p>Формы занятий</p>	<ul style="list-style-type: none"> - теоретические занятия (в форме бесед, лекций, просмотра и анализа учебных кинофильмов, CD дисков, просмотра записи соревнований); - тренировочные занятия; - подвижные игры; - физкультурные праздники; - самостоятельная двигательная деятельность; - культурно-массовые мероприятия; - участие в конкурсах и смотрах.
<p>Условия реализации программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.)</p>	<p>Спортивный зал должен быть оборудован баскетбольной разметкой и в зале должны стоять минимум 2 баскетбольных кольца.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Мячи для баскетбола – 30 шт. 2. Кольца и щиты – 2 шт. 3. Доски для тактических схем – 1 шт. 4. Набивные мячи – 15 шт. 5. Тренажеры для тренировок - скакалки, гантели, эластичные ленты и другие специальные тренажеры для улучшения физической подготовки игроков. 6. Медицинский аптечка - для оказания первой помощи при травмах и тяжёлых случаях. 7. Тренерские пособия и учебники - книги, видеоуроки и другие материалы для обучения и совершенствования игры.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

На занятиях ребята осваивают правила игры в баскетбол, тактику и стратегию ведения игры, узнают правила игры в баскетбол и играют тренировочные товарищеские встречи между собой. Затем они участвуют в различных соревнованиях, выполняют спортивные разряды по баскетболу, становятся чемпионами и призёрами своей школы, клуба, района и выезжают на областные и общероссийские соревнования.

Нормативно-правовое обеспечение программы:

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными правовыми документами:

1. [Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»](#) (с изменениями).
2. [Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»](#).
3. [Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»](#).
4. [Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»](#).
5. Постановление Администрации г. Сургута от 13.12.2013 № 8993 «Об утверждении муниципальной программы «Развитие образования города Сургута на период до 2030 года» (с изменениями и дополнениями).
6. Постановление Администрации г. Сургута от 08.11.2016 № 8249 «Об утверждении программы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в городе Сургуте на 2021 - 2025 годы» (с изменениями). <https://base.garant.ru/45216088/>
7. Постановление Администрации г. Сургута от 08.10.2021 «Об утверждении положения о персонифицированном дополнительном образовании детей в муниципальном образовании городской округ Сургут Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, об организации предоставления сертификатов дополнительного образования». <https://liczejxismatulinasurgut-r86.gosweb.gosuslugi.ru/svedeniya-ob-obrazovatelnoy-organizatsii/struktura-i-organy->

А также другими Федеральными законами, иными нормативными правовыми актами РФ, законами и иными нормативными правовыми актами субъекта РФ (Ханты-Мансийского автономного округа – Югры), содержащими нормы, регулирующие отношения в сфере дополнительного образования детей, нормативными и уставными документами МБОУ СОШ №25.

Реализация дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы осуществляется за пределами Федеральных государственных образовательных стандартов и не предусматривает подготовку обучающихся к прохождению государственной итоговой аттестации по образовательным программам.

Актуальность программы

В настоящее время баскетбол стал популярным видом спорта как в России, так и в мире, привлекая массы детей к его занятиям и обеспечивая России успехи на международной арене. Однако существуют проблемы в подготовке спортивных резервов по баскетболу, особенно в повышении уровня массового баскетбола в обычных и спортивных школах, где формируются таланты и резерв сборных команд.

Занятия баскетболом не только способствуют развитию физических и психических качеств ребенка, но и мобилизуют резервы двигательного аппарата, влияют на рост и развитие мозга подростка, и развивают творческое мышление и способность принятия решений в условиях изменяющейся игровой ситуации.

Специально разработанные игровые упражнения создают широкие возможности для развития координационных способностей и формируют положительные черты характера, такие как умение работать в команде, взаимопомощь и чувство долга. Польза от занятий баскетболом не

ограничивается только достижением спортивных успехов, она распространяется на здоровье миллионов людей, их готовность к труду и военной службе.

Новизна программы проявляется в ее комплексном подходе, объединяющем последние научные достижения в области тренировки баскетболистов с учетом индивидуальных особенностей каждого ученика. Программа предлагает инновационные методики обучения, включая разнообразные игровые упражнения, которые способствуют развитию координационных способностей и принятию быстрых тактических решений в игре. Кроме того, акцент делается на формировании не только спортивных навыков, но и положительных черт характера, что делает программу уникальной и эффективной в комплексном развитии спортсменов.

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Уровень освоения: базовый

Отличительные особенности программы:

Программа «Баскетбол» направлена:

1. Комплексный подход: Программа учитывает не только спортивные аспекты баскетбола, но и его воспитательный потенциал, формируя не только навыки игры, но и положительные черты характера у учащихся.
2. Инновационные методики: Программа предлагает инновационные методики обучения, основанные на последних научных достижениях в области тренировки баскетболистов.
3. Гибкий подход: Учитывая индивидуальные потребности и способности каждого ученика, программа предлагает разнообразные формы обучения и виды занятий.
4. Физкультурно-оздоровительная работа: Программа включает в себя физкультурно-оздоровительную работу, направленную на всестороннюю физическую подготовку учащихся.
5. Принципы построения: основополагающие принципы, такие как системность, преемственность и вариативность, лежат в основе построения спортивной тренировки и анализа в рамках данной программы.

Адресат программы: программа предназначена для обучения детей в возрасте 12-15 лет.

Количество обучающихся в группе: в группе по 25 обучающихся.

Срок освоения программы – 9 месяцев.

Объем программы - программа рассчитана на 68 часов.

Режим занятий - занятия проводятся 2 раза в неделю по 40 минут.

Форма обучения – очная.

Виды занятий:

1. Тренировки техники бросков:
 - Улучшение механики бросков (штрафные, трехочковые, средние дистанции).
 - Работа над точностью и скоростью выполнения бросков.
 - Тренировки под различными углами и с различных позиций на площадке.
2. Физическая подготовка:
 - Кардиотренировки для улучшения выносливости.
 - Силовые тренировки для развития мускулатуры и выносливости.
 - Растяжка для предотвращения травм и улучшения подвижности.
3. Тактические упражнения:
 - Работа над тактическим пониманием игры (позиционирование, оборона, атака).
 - Применение тактических схем и стратегий в различных игровых ситуациях.
 - Тренировки командной игры и взаимодействия на площадке.
4. Игровые симуляции:
 - Проведение игровых упражнений и матчей для практики навыков в реальных условиях.
 - Имитация различных игровых ситуаций для развития принятия решений и реакции на события в игре.
5. Индивидуальные занятия с тренером:

- Персональные тренировки по работе над индивидуальными навыками и слабыми сторонами.
 - Анализ игрового видео и обратная связь для коррекции ошибок и улучшения игровых навыков.
 - Разработка индивидуальных программ тренировок в зависимости от потребностей и целей игрока.
6. Мастер классы

Особенности организации образовательного процесса:

Цель данной программы: Создание условий для развития базовых элементов баскетбола у занимающихся, через формирование спортивной культуры, культуры здоровья, воспитание интереса детей к спорту и приобщение их к баскетболу.

Для достижения этой цели поставлены следующие **задачи**:

Обучающие:

- овладеть приемами техники игры в баскетбол на уровне умений и навыков;
- овладеть индивидуальными и групповыми тактическими действиями, правилами игры;
- овладеть основами тактики командных действий;
- подготовить к выполнению нормативных требований.

Развивающие:

- развивать специальные способности (гибкость, быстроту, ловкость) средствами баскетбола для успешного овладения навыками игры;
- привить навыки самоорганизации, волевые качеств.

Воспитательные:

- привить стойкий интерес к занятиям баскетболом, приучить к игровой обстановке;
- привить навыки соревновательной деятельности в соответствии с правилами баскетбола;
- формировать спортивную культуру и культуру здоровья и т.д.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный план

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Теоретическая подготовка	3	3	0	-
2	Техническая подготовка	14	2	12	практика
3	Общая физическая подготовка	11	1	10	тестирование
4	Специальная физическая подготовка	38		38	тестирование
5	Контрольно-переводные нормативы	2		2	тестирование
	Итого	68	6	62	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Теоретическая подготовка (3 часа)

1) История развития баскетбола – 1 час

Теория: Знакомство с историей баскетбола.

2) Гигиена баскетболиста – 1 час

Теория: Понятие о гигиене и санитарии. Общие представления об основных системах энергообеспечения человека.

3) Техника безопасности – 1 час

Теория: Знакомство ребят с техникой безопасности во время занятий по баскетболу, как себя правильно вести в зале.

Раздел 2. Техническая подготовка (14 часов)

1) Специальные технические приемы – 12 часов

Практика: Включает упражнения без мяча и с мячом. В состав упражнений с мячом входят передача, прием, ведение и броски по кольцу. Тактические действия включают действия (индивидуальные и командные) игрока в нападении и защите.

2) Терминология и судейские жесты – 2 часа

Теория: Изучение жестов судей и их обозначение в игре, как правильно показывать различные жесты

Раздел 3. Общая физическая подготовка (11 часов)

1) Практика: Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения.

Прыжковые упражнения: прыжки в длину, прыжки с разбега, прыжки через препятствие.

Силовые упражнения: упражнения с отягощением для рук и ног.

Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, для мышц рук и плечевого пояса, для мышц ног и таза. Упражнения с предметами: со скакалками, мячами и тд.

Раздел 4. Специальная физическая подготовка (38 часов)

1) Практика: Развитие прыгучести средствами баскетбола. Упражнения с набивными и теннисными мячами, развитие быстроты реакции, наблюдательности, координации. Смена игровых действий и перемещений по сигналу тренера. Игры и эстафеты с препятствиями. Контрольные игры и судейская практика. Соревнования между группами. Судейство во время товарищеских игр: ведение протокола, выполнение обязанностей первого и второго судей, судей на линии. Соревнования. Участие в соревнованиях различного уровня. Судейство во время игры.

Раздел 5. Контрольно- переводные нормативы (2 часа)

1) Практика: Сдача контрольных нормативов по баскетболу. Нормативы, направленные на физическое качество. Нормативы, направленные на специальную физическую подготовку и технические действия обучающегося.

Планируемые результаты освоения программы

По окончании изучения программы обучающийся должен:

Знать:

- основные линии на площадке;
- основные правила игры в баскетбол;
- гигиенические требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями;
- способы подсчета пульса;
- способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями.

Уметь:

- выполнять передачу мяча одной рукой снизу, передачу мяча одной рукой сбоку;
- выполнять приемы обыгрывания защитника: вышагивание, скрестный шаг, поворот, перевод мяча перед собой;
- выполнять броски одной и двумя руками в прыжке, броски мяча после двух шагов и в прыжке с близкого расстояния и среднего, броски мяча в корзину со средних и дальних дистанций одной и двумя руками от головы, штрафной бросок одной и двумя руками от головы;
- владеть приемами вырывания и выбивания, перехвата, накрывание;
- применять в игре командное нападение.
- броски по кольцу с расстояния 1 м;
- броски со средних и дальних дистанций;
- броски по кольцу после ведения;
- передачи мяча в парах;
- передачи мяча в движении;
- обводка стоек;
- передача и ловля мяча от стены за 30 сек;
- штрафной бросок.

Личностные:

1. Увеличение самооценки и уверенности в себе через участие в соревнованиях и тренировках.
2. Развитие коммуникативных навыков и умения работать в коллективе.
3. Формирование целеустремленности, настойчивости и дисциплинированности в достижении спортивных целей.
4. Развитие ответственности и умения принимать решения на основе анализа ситуации во время игры.

Предметные:

1. Овладение основными техническими навыками баскетбола: передача, бросок, дриблинг, защита.

2. Понимание тактических приемов и стратегий игры в баскетбол.

3. Улучшение физической подготовки, включая выносливость, скорость, гибкость и координацию движений.

4. Умение работать в команде, выполнять свою роль на площадке и поддерживать партнеров.

Метапредметные:

1. Развитие умения самостоятельно планировать и контролировать свою тренировочную деятельность.

2. Формирование умения анализировать собственные ошибки и стремиться к их исправлению.

3. Развитие умения принимать решения в сложных ситуациях на площадке и вне ее.

4. Повышение уровня спортивной мотивации и стремления к саморазвитию в области баскетбола.

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Календарный учебный график

Количество учебных недель: 34

Количество учебных дней: 68

Сроки учебных периодов: 1 полугодие – 34

2 полугодие – 34

№ п/п	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Всего часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1			Теоретическое занятие	1	Техника безопасности при занятиях баскетболом	Кабинет	
2			Теоретическое занятие	1	Гигиенические требования к занимающимся	Кабинет	
3			Теоретическое занятие	1	Правила по баскетболу	Кабинет	
4			Практическое занятие	1	Ведение мяча на месте	Спортивный зал	
5			Практическое занятие	1	Ведение мяча с низким отскоком	Спортивный зал	
6			Практическое занятие	1	Ведение мяча с высоким отскоком	Спортивный зал	
7			Практическое занятие	1	Развитие выносливости	Спортивный зал	
8			Практическое занятие	1	Нормативы. Входной контроль	Спортивный зал	Сдача нормативов
9			Практическое	1	Передача и ловля мяча двумя руками	Спортивный зал	

			занятие		от груди		
10			Практическое занятие	1	Передача мяча двумя руками от груди с отскоком	Спортивный зал	
11			Практическое занятие	1	Ведение мяча по дуге	Спортивный зал	
12			Практическое занятие	1	Ведение мяча по кругам	Спортивный зал	
13			Практическое занятие	1	Остановка прыжком	Спортивный зал	
14			Практическое занятие	1	Стойка и перемещение баскетболиста	Спортивный зал	
15			Практическое занятие	1	Броски в корзину	Спортивный зал	
16			Практическое занятие	1	Броски в корзину	Спортивный зал	
17			Практическое занятие	1	Ведение два шага бросок	Спортивный зал	
18			Практическое занятие	1	Развитие координационных способностей	Спортивный зал	
19			Практическое занятие	1	Передачи мяча	Спортивный зал	
20			Практическое занятие	1	Нормативы. Промежуточный контроль	Спортивный зал	Сдача нормативов
21			Практическое занятие	1	Состояние и развитие баскетбола в России	Спортивный зал	

22			Практическое занятие	1	Выход для получения мяча	Спортивный зал	
23			Практическое занятие	1	«Передай мяч и выходи»	Спортивный зал	
24			Практическое занятие	1	Развитие скоростно-силовых способностей	Спортивный зал	
25			Практическое занятие	1	Броски со средней дистанции	Спортивный зал	
26			Практическое занятие	1	Развитие выносливости	Спортивный зал	Сдача нормативов
27			Теоретическое занятие	1	Ведение змейкой	Спортивный зал	
28			Практическое занятие	1	Ведение зигзагом	Спортивный зал	
29			Практическое занятие	1	Обводка соперника	Спортивный зал	
30			Практическое занятие	1	Ведение мяча с низким отскоком	Спортивный зал	
31			Практическое занятие	1	Ведение мяча	Спортивный зал	
32			Практическое занятие	1	Совершенствование навыков ведения	Спортивный зал	
33			Практическое занятие	1	Закрепление навыков ведения	Спортивный зал	

34			Практическое занятие	1	Ведение мяча на месте	Спортивный зал	
35			Практическое занятие	1	Ведение мяча с низким отскоком	Спортивный зал	
36			Практическое занятие	1	Ведение мяча с высоким отскоком	Спортивный зал	
37			Практическое занятие	1	Развитие выносливости	Спортивный зал	
38			Практическое занятие	1	Нормативы	Спортивный зал	Сдача нормативов
39			Практическое занятие	1	Передача и ловля мяча двумя руками от груди	Спортивный зал	
40			Практическое занятие	1	Передача мяча двумя руками от груди с отскоком	Спортивный зал	
41			Практическое занятие	1	Развитие быстроты	Спортивный зал	
42			Практическое занятие	1	Игра в баскетбол	Спортивный зал	Показ своих игровых навыков
43			Практическое занятие	1	Передача мяча одной рукой от плеча	Спортивный зал	
44			Практическое занятие	1	Передача мяча одной рукой от плеча с отскоком	Спортивный зал	
45			Практическое занятие	1	Ведение мяча по прямой	Спортивный зал	
46			Практическое занятие	1	Ведение мяча по дуге	Спортивный зал	

47			Практическое занятие	1	Ведение мяча по кругам	Спортивный зал	
48			Практическое занятие	1	Развитие силы	Спортивный зал	
49			Практическое занятие	1	Остановка прыжком	Спортивный зал	
50			Практическое занятие	1	Стойка и перемещение баскетболиста	Спортивный зал	
51			Практическое занятие	1	Броски в корзину двумя руками от груди	Спортивный зал	
52			Практическое занятие	1	Броски в корзину двумя руками от груди	Спортивный зал	
53			Практическое занятие	1	Ведение два шага бросок	Спортивный зал	
54			Практическое занятие	1	Ведение зигзагом	Спортивный зал	
55			Практическое занятие	1	Обводка соперника	Спортивный зал	
56			Практическое занятие	1	Передача мяча в парах в движении	Спортивный зал	
57			Практическое занятие	1	Передача мяча двумя руками в прыжке	Спортивный зал	
58			Практическое занятие	1	Развитие быстроты	Спортивный зал	

59			Практическое занятие	1	Наведение	Спортивный зал	
60			Практическое занятие	1	Тройка	Спортивный зал	
61			Практическое занятие	1	Малая восьмерка	Спортивный зал	
62			Практическое занятие	1	Система личной защиты	Спортивный зал	
63			Практическое занятие	1	Система зонной защиты	Спортивный зал	
64			Практическое занятие	1	Развитие выносливости	Спортивный зал	
65			Практическое занятие	1	Развитие силы	Спортивный зал	
66			Практическое занятие	1	Контрольная игра	Спортивный зал	Показ своих игровых навыков
67			Практическое занятие	1	Контрольные испытания	Спортивный зал	Сдача нормативов
68			Практическое занятие	1	Игра в баскетбол	Спортивный зал	Показ своих игровых навыков

Условия реализации программы

1. Обеспечение спортивного зала для баскетбола соответствующим необходимым оборудованием, включающим в себя:

- Баскетбольные мячи для тренировок и игр;
- Набивные мячи для различных упражнений и тренировок;
- Баскетбольные кольца, предназначенные для забрасывания мяча;
- Теннисные мячи и волейбольные мячи для разнообразия тренировочных упражнений.

2. Наличие в зале как минимум двух баскетбольных колец, обеспечивающих возможность проведения тренировок и игр в полном объеме, а также наличие баскетбольной разметки, обеспечивающей соответствие площади зала стандартам и требованиям для проведения тренировок и соревнований по баскетболу.

3. Создание условий для эффективной реализации программы по баскетболу, включающей в себя разнообразные тренировочные упражнения, игровые ситуации и специальные дисциплины, направленные на развитие навыков и умений игроков, а также формирование сильной и сплоченной команды.

4. Обеспечение инструкторского персонала и тренеров, осуществляющих контроль за правильной реализацией программы, проведение тренировок, коррекцию техники и тактики игры, а также мотивацию спортсменов к достижению высоких результатов.

5. Предоставление адекватных условий для физической подготовки спортсменов, включая регулярные тренировки, участие в соревнованиях, поддержку и медицинское обслуживание, обеспечивающие здоровье и безопасность участников программы по баскетболу.

Методическое обеспечение программы:

Формы организации деятельности учащихся на занятии

- фронтальная (аудиторное занятие): работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, показ, объяснение и т.п.);
- групповая: организация работы (совместные действия, общение, взаимопомощь) в малых группах, в том числе в парах, для выполнения определенных задач; задание выполняется таким образом, чтобы был виден вклад каждого учащегося (группы могут выполнять одинаковые или разные задания, состав группы может меняться в зависимости от цели деятельности);
- работа в подгруппах: одна из подгрупп на занятии осваивает новый материал; другая подгруппа (другие подгруппы) выполняют самостоятельные задания;

Формы проведения занятий

Основная форма обучения – учебное занятие.

Дополнительными формами занятий являются:

- занятие-семинар;
- конференция;
- занятие мастер-класс;
- соревнования.

Методы по способу организации занятий

1. Словесные методы обучения:

- беседа;
- объяснение;
- рассказ;
- описание;
- рассуждение;

2. Наглядные методы обучения:

- Демонстрация;
- показ образца;
- иллюстрация;

3. Практические методы обучения:

- наблюдение;
- опыт;
- упражнения;
- репродуктивные;
- объяснительно-иллюстративные;

Методы по уровню деятельности учащихся

• *Наблюдение* - это целенаправленное восприятие предметов и явлений с помощью органов чувств с целью формирования правильных представлений и понятий, умений и навыков.

• *Соревнования* – показ своих навыков на различных товарищеских встречах в нестандартной обстановке

• *Практические методы учения* – это вид деятельности ученика, при котором происходит формирование и совершенствование практических умений и навыков в ходе выполнения практических заданий.

• *Упражнения* - это планомерно организованное повторное выполнение каких-либо действий с целью их освоения или совершенствования.

• *Объяснительно-иллюстративные* отражают деятельность учителя и ученика, состоящую в том, что учитель сообщает готовую информацию разными путями, с использованием демонстраций, учащиеся воспринимают, осмысливают и запоминают ее. При необходимости воспроизводят полученные знания.

• *Репродуктивные* способствуют усвоению знаний (на основе заучивания), умений и навыков (через систему упражнений). При этом управленческая деятельность учителя состоит в подборе необходимых инструкций, алгоритмов и других заданий, обеспечивающих многократное воспроизведение знаний и умений по образцу.

• *Проблемное изложение*, рассчитанное на вовлечение ученика в познавательную деятельность, учитель ставит проблему, сам показывает пути ее решения, а учащиеся внимательно следят за ходом мысли учителя, размышляют, переживают вместе с ним и тем самым включаются в атмосферу научно-доказательного поискового решения;

• *Частично-поисковые, или эвристические методы*, используются для подготовки учащихся к самостоятельному решению познавательных проблем, для обучения их выполнению отдельных шагов решения и этапов исследования;

• *Исследовательские методы* - способы организации поисковой, творческой деятельности учащихся по решению новых для них познавательных проблем.

Эти методы наиболее полно решают задачи развития учащихся при обучении.

Материально-техническое обеспечение программы:

1. Мячи для баскетбола – 30 шт.
2. Кольца и щиты – 2 шт.
3. Доски для тактических схем – 1 шт.
4. Набивные мячи – 15 шт.
5. Тренажеры для тренировок - скакалки, гантели, эластичные ленты и другие специальные тренажеры для улучшения физической подготовки игроков.
6. Медицинский аптечка - для оказания первой помощи при травмах и тяжёлых случаях.
7. Тренерские пособия и учебники - книги, видеоуроки и другие материалы для обучения и совершенствования игры.

Формы промежуточной аттестации и итогового контроля

Контрольные упражнения по физической подготовке юных спортсменов подобраны таким образом, чтобы были видны результаты работы с группой тренера-преподавателя, в соответствии с этапами подготовки.

При выполнении контрольных нормативов учитывается возраст, класс обучающегося, техника выполнения и количество пройденных тестов.

Технические навыки:

- Метание мяча: Оценка точности, силы и стиля бросков, включая разнообразные виды бросков, такие как трехочковые броски, свободные и мячи в движении.
- Дриблинг: Анализ контроля мяча при движении, способности обходить соперников, изменения направления и скорости дриблинга.
- Подбор мяча: Оценка навыков подбора как в нападении, так и в защите, в том числе подборов в воздухе и подборов после бросков.

Тактическое понимание игры:

- Чтение игры: Способность игрока анализировать текущую ситуацию на площадке, предвидеть ход событий и принимать обоснованные решения.
- Позиционирование: Оценка правильного размещения на площадке в различных игровых ситуациях, как в нападении, так и в защите.
- Взаимодействие с партнерами по команде: Умение эффективно общаться, передвигаться и взаимодействовать с партнерами для достижения общих целей.

Физическая форма:

- Выносливость: Оценка способности игрока поддерживать высокий темп игры в течение продолжительного времени.
- Сила и гибкость: Учет физической силы для успешного сопротивления соперникам и гибкости для проведения разнообразных движений.
- Скорость и реакция: Оценка быстроты реакции на события на площадке и общей скорости передвижения.

Командная работа:

- Работа в атаке и защите: Оценка способности игрока сотрудничать с партнерами в атаке, создавать комбинации и эффективно защищаться.
- Лидерство: Умение принимать инициативу, мотивировать партнеров и принимать ответственность за результаты команды.
- Понимание тактики тренера: Способность игрока воспринимать и выполнять тактические указания тренера в ходе игры.
- Оценка каждого аспекта может включать в себя числовые показатели, видеоанализ и регулярные обратные связи для постоянного улучшения навыков игрока.

Оценочные материалы

1. Система оценки достижения планируемых результатов освоения программы. (Приложение 1)
2. Педагогические условия для формирования и развития самоконтроля и самооценки обучающимися процесса и результатов освоения программы. (Приложение 2)
3. Методическое обеспечение программы. (Приложение 3)

Все данные оценочные материалы вносятся в таблицу для отслеживания прогресса учащихся.

Список литературы

Для педагога:

1. "Баскетбол: техника и тактика игры" – Владимир Трушкин (2020)
2. "Баскетбольная тактика: современные методики" – Николай Шапилов (2018)
3. "Баскетбол: физическая подготовка и здоровье" – Мария Сергеева (2022)
4. "Баскетбольные стратегии: опыт российских клубов" – Андрей Макаров (2018)
5. "Баскетбол для детей и подростков" – Ольга Кузнецова (2021)

6. "Баскетбольные тренировки: от начального уровня до профессионального" – Артем Григорьев (2018)
7. "Баскетбольная медицина: забота о здоровье игроков" – Анна Красильникова (2020)
8. "Баскетбольные игры и упражнения для детей" – Екатерина Белякова (2022)
9. Васильков, А. А. Теория и методика физического воспитания // – Ростов н/Д : Феникс, 2008. – 381 с.
10. Луничкин В.Г., Экспериментальное обоснование методики совершенствования приемов техники игры у высококвалифицированных баскетболистов [Текст] : (На примере броска в прыжке) : Автореферат дис. на соискание ученой степени кандидата педагогических наук. (13734) / Гос. центр. ин-т физ. культуры. - Москва : [б. и.], 2013. - 19 с.
11. Лях В. И., А. А. Зданевич. Комплексная программа физического воспитания учащихся: 1 – 11 классы // Физкультура в школе. – 2004. – 56 с.
12. "Психология в баскетболе: путь к победе" – Елена Козлова (2021)
13. "Подготовка вратарей в баскетболе: российский опыт" – Валентин Жуков (2019)
14. "Система развития баскетбола в России: история и перспективы" – Сергей Михайлов (2017)
15. "Секреты успешного баскетбола" – Дмитрий Васильев (2019)
16. "Тренировка и подготовка в баскетболе" – Алексей Соловьев (2019)
17. "Тренировка молодых баскетболистов: опыт российских тренеров" – Игорь Петров (2017)
18. "Техника бросков в баскетболе: современные подходы" – Евгений Никитин (2020)
19. Чичикина, П.В. Игнатьева В.Т. «Проектирование учебного процесса по физической культуре в общеобразовательном учреждении» (НГЦ, Н. Новгород, 2005)
20. Хрипковой Ф. Г., Антроповой М. В.. Адаптация организма учащихся к учебным и физическим нагрузкам // – М.: 2009. – 240 с.

Для обучающихся и родителей:

1. "Баскетбол.ру" – Российский портал о баскетболе с новостями, статистикой и форумом для обсуждения.
2. "Баскетбольный Журнал" – Онлайн-ресурс с материалами о российском баскетболе, турнирах и командах.
3. "Баскетбольная Лига" (Официальный сайт) – Сайт Российской баскетбольной лиги с расписанием, статистикой и новостями.
4. "Баскетбол в России" (ВКонтакте-группа) – Группа в социальной сети с обсуждением и новостями о баскетболе в России.
5. "Баскетбольный клуб ЦСКА" (Официальный сайт) – Сайт баскетбольного клуба Центральной Спортивной Армии с новостями и информацией о команде.
6. "Баскетбольные новости России" (Telegram-канал) – Канал в мессенджере Telegram с оперативными новостями и анонсами событий в российском баскетболе.
7. "БК Zenit" (Официальный сайт) – Сайт баскетбольного клуба "Зенит" с информацией о команде, играх и новостях.
8. "БК Химки" (Официальный сайт) – Официальный ресурс баскетбольного клуба "Химки" с последними новостями и анонсами.
9. "Спорт-Экспресс: Баскетбол" – Раздел на сайте "Спорт-Экспресс" с актуальными новостями и аналитикой по баскетболу в России и мире.
10. "Sportbox.ru: Баскетбол" – Секция на сайте Sportbox.ru, предоставляющая новости и обзоры событий в мире баскетбола.

Система оценки достижения планируемых результатов освоения программы

Технические навыки:

- **Метание мяча:** Оценка точности, силы и стиля бросков, включая разнообразные виды бросков, такие как трехочковые, свободные и мячи в движении.
- **Дриблинг:** Анализ контроля мяча при движении, способности обводить соперников, изменения направления и скорости дриблинга.
- **Подбор мяча:** Оценка навыков подбора как в нападении, так и в защите, в том числе подборов в воздухе и подборов после бросков.

Тактическое понимание игры:

- **Чтение игры:** Способность игрока анализировать текущую ситуацию на площадке, предвидеть ход событий и принимать обоснованные решения.
- **Позиционирование:** Оценка правильного размещения на площадке в различных игровых ситуациях, как в нападении, так и в защите.
- **Взаимодействие с партнерами по команде:** Умение эффективно общаться, передвигаться и взаимодействовать с партнерами для достижения общих целей.

Физическая форма:

- **Выносливость:** Оценка способности игрока поддерживать высокий темп игры в течение продолжительного времени.
- **Сила и гибкость:** Учет физической силы для успешного сопротивления соперникам и гибкости для проведения разнообразных движений.
- **Скорость и реакция:** Оценка быстроты реакции на события на площадке и общей скорости передвижения.

Командная работа:

- **Работа в атаке и защите:** Оценка способности игрока сотрудничать с партнерами в атаке, создавать комбинации и эффективно защищаться.
- **Лидерство:** Умение принимать инициативу, мотивировать партнеров и принимать ответственность за результаты команды.
- **Понимание тактики тренера:** Способность игрока воспринимать и выполнять тактические указания тренера в ходе игры.
- **Оценка каждого аспекта может включать в себя числовые показатели, видеоанализ и регулярные обратные связи для постоянного улучшения навыков игрока.**

Нормативные требования по физической подготовке

№	ТЕСТЫ
1	Бег 30 м с высокого старта (с)
2	Высота подскока с места по Абалакову (см)
3	Метание набивного мяча (1 кг) из 3 исходного положения сидя у стены (см)
4	40-секундный бег по баскетбольной площадке от лицевой линии (м)
5	Бег 20 м "восьмеркой" (на площадке 6 находятся три стойки, первая на расстоянии 3 м, вторая - 6 м, (с)
6	Ведение мяча 20 м "восьмеркой" (при 7 обводке стойки мяч ведется "дальней" рукой от нее) (с)
7	Передача мяча одной рукой за 30 с на расстоянии 1,5 м (кол-во раз)
8	Демонстрация техники бросков с ближних дистанций одной рукой (правой, левой) с места

9	Демонстрация техники бросков со средних дистанций.
10	Демонстрация техники бросков мяча в движении с правой и левой 24 стороны от щита

Результаты нормативов

Возраст Тесты	Уровень оценки, балл	12-13 лет мальчики	14-15 лет мальчики
Бег 30 метров (с)	5	5,1	4,7
	4	5,5	5,1
	3	5,7	5,3
	2	6	5,6
	1	6,3	5,9
Высота подскока с места по Абалакову (см)	5	48 и больше	60 и больше
	4	42-47	53-59
	3	37-42	46-52
	2	31-35	39-45
	1	30 и меньше	38 и меньше
Метание набивного мяча (1 кг) из 3 исходного положения сидя у стены (см)	5	430	465
	4	350	415
	3	305	390
	2	250	350
	1	200	305
40-секундный бег по баскетбольно й площадке от лицевой линии (м)	5	170	250
	4	160	220
	3	140	200
	2	120	170
	1	100	150
Бег 20 м "восьмеркой" (на площадке 6 находятся три стойки, первая на расстоянии 3 м, вторая - 6 м, (с)	5	5,8	5,4
	4	6	5,7
	3	6,3	6
	2	6,6	6,3
	1	6,9	6,6
Ведение мяча 20 м "восьмеркой" (при 7 обводке стойки мяч	5	7,8	7,6
	4	7,5	7,3
	3	7,2	7

ведется "дальней" рукой от нее) (с)	2	8,1	8,3
	1	8,4	8,6
Передача мяча одной рукой за 30 с на расстоянии 1, 5 м (кол-во раз)	5	40	50
	4	35	45
	3	30	40
	2	25	35
	1	20	30

Контрольные упражнения по физическим подготовкам юных спортсменов подобраны таким образом, чтобы были видны результаты работы с группой тренера-преподавателя и занимающихся, в соответствии с этапами подготовки.

При выполнении контрольных нормативов учитывается возраст обучающегося, техника выполнения и количество пройденных тестов.

Педагогические условия для формирования и развития самоконтроля и самооценки обучающимися процесса и результатов освоения программы

Для формирования и развития самоконтроля и самооценки у обучающихся в процессе баскетбольной деятельности, необходимо создать следующие педагогические условия:

Целеполагание: Постановка ясных целей и задач, позволяющих обучающимся четко понимать, что они должны достичь, и какие навыки и умения развивать.

Обратная связь: Регулярные и конструктивные обратные связи от педагога и соотечественников, помогающие обучающимся анализировать свои успехи и ошибки.

Самостоятельные задания: Предоставление заданий, требующих самостоятельного выполнения и самоконтроля, что способствует развитию ответственности и саморегуляции.

Рефлексия: Специальные моменты для обсуждения прошлых игр и тренировок, где учащиеся могут анализировать свой прогресс, выявлять сильные и слабые стороны.

Индивидуализация: Учет индивидуальных особенностей каждого учащегося при формировании задач и тренировочных программ.

Методика самооценки: Обучение методам самооценки, помогающим обучающимся адекватно оценивать свой уровень подготовки и прогресс.

Поддержка группы: Формирование позитивного коллектива, где учащиеся поддерживают друг друга в стремлении к саморазвитию и достижению общих целей.

Психологическая подготовка: Предоставление психологической поддержки и тренингов, направленных на развитие устойчивости к стрессам и управление эмоциями.

Интерактивные методы обучения: Применение интерактивных методов, таких как ролевые игры, обсуждения и групповые задания, стимулирующих развитие самоконтроля.

Внедрение технологий: Использование видеоанализа, трекинга данных и других технологий для обеспечения объективного взгляда на свои действия и результаты.

Методическое обеспечение программы

№	Тема программы	Форма организации и проведения занятия	Методы и приёмы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Вид и форма контроля, форма предъявления результата
1	Общие основы баскетбола ПП и ТБ Правила игры и методика судейства	Групповая, индивидуальная, подгрупповая, фронтальная	Словесный, объяснение, рассказ, беседа практические задания, объяснение нового материала	Конспекты занятий для педагога. Специальная литература, справочные материалы, плакаты	Правила судейства в баскетболе. Вводный, положение о соревнованиях по баскетболу
2	Техническая подготовка	Индивидуальная, индивидуально – фронтальный, групповая, подгрупповая, коллективно-групповая, в парах	Словесный, объяснение, беседа, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом. Учебная игра	Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест, соревнование
3	Общефизическая подготовка	Индивидуальная, групповая, подгрупповая, поточная, фронтальная	Словесный, наглядный показ, упражнения в парах, тренировки	Таблицы, схемы, карточки, мячи на каждого обучающего	Тестирование, карточки судьи, протоколы
4	Специальная подготовка	Индивидуальная, групповая, подгрупповая, фронтальная, коллективно-групповая, в парах	Словесный, объяснение нового материала, рассказ, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест
5	Игровая подготовка	групповая, подгрупповая, коллективно-групповая практические занятия, упражнения в парах, тренировки,	Учебная игра.	Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего, видеозаписи	Учебная игра, промежуточный отбор, соревнование

Технология развития скоростно-силовых способностей обучающихся среднего школьного возраста на основе применения специализированного учебно-тренировочного модуля

Под учебно-тренировочным модулем мы понимаем совокупность нарочно выбранных комплексов упражнений, нацеленных на развитие физических способностей занимающихся, проводимых в конкретной очередности и заданных тренировочным режимом.

Составными компонентами тренировочной нагрузки модульной методики двигательных способностей являются:

- величина тренировочной нагрузки,
- объем и интенсивность выполнения физических упражнений;
- продолжительность отдыха между упражнениями и его характер;
- количество повторений физических упражнений и их соотношение.

При разработке учебно-тренировочного модуля используется принцип однородности тренирующих воздействий при организации занятий одной целевой направленности, последовательно выполняемых упражнений в рамках одного тренировочного цикла, разработанный В.К. Бальсевичем.

В рамках реализации программы были проведены упражнения на развитие скоростно-силовых способностей с использованием специального учебно-тренировочного модуля. Проводились специальные исследования (авторы тестов В.И. Лях, Т.А. Тарасова, Ю.Н. Вавилов, В.М. Абалаков), главная цель которых - определение уровня развития скоростно-силовых способностей у обучающихся среднего школьного возраста контрольной группы и экспериментальной.

Особое внимание уделяется правильной технике выполнения упражнения.

При данных упражнениях используются:

- метод круговой тренировки;
- повторный метод;
- игровой метод.

Упражнения выполняются максимально быстро и чередуются с заданной скоростью - 80 – 95% от максимальной. В этих упражнениях достигается наибольшая мощность движений.

Схема учебно-тренировочного модуля



Комплекс упражнений на развитие скоростно-силовых способностей

Для наглядного понимания, как кооперированы комплексы для подготовки организма к грядущей работе и комплексы на развитие скоростно-силовых способностей, представлена таблица с указанием занятий с совмещением разных комплексов упражнений. На занятиях применялись два метода для реализации поставленных задач. Так же в конце занятий используются игры на развитие скоростно-силовых способностей.

№	Комплексы упражнения	Количество повторов
1	<p>1) Прыжки с разбега до баскетбольного щита, сетки (толчком двумя ногами).</p> <p>2) Прыжки через скамейку правым и левым боком, продвигаясь вдоль скамеек, толчком двух и одной ногами.</p> <p>3) Прыжки на скакалке.</p>	<p>1) 4-5 серий: 6 - 12 повторений;</p> <p>2) 4-5 скамеек: 2 - 4 серии;</p> <p>3) 50 - 100 раз.</p>
2	<p>1) Приседания.</p> <p>2) Подъем на носки на возвышенности.</p> <p>3) Запрыгивание на возвышенность толчком двумя.</p>	<p>1) 2 серии: 10 - 20;</p> <p>2) 3 серии: 20 - 40 раз;</p> <p>3) 3 серии: 5 - 10 раз;</p>
3	<p>1) Выпрыгивание из положения полуприседа с касанием предмета толчком двух ног.</p> <p>2) Прыжок в длину из полного приседа до середины волейбольной площадки</p> <p>3) Бег на месте стоя на матах после чего сходим с матов и бег на месте с высокой интенсивностью.</p>	<p>1) 3 серии: 8 - 12 раз;</p> <p>2) 2 серии;</p> <p>3) По 15 секунд на каждом упражнении.</p>
4	<p>1) Игра в волейбол с элементами пионербола;</p> <p>2) Бег на короткие дистанции из положения высокого старта.</p> <p>3) Прыжок вверх из полуприседа, коснуться коленями груди.</p>	<p>1) –;</p> <p>2) 2 повторения;</p> <p>3) 3 серии: 7 - 15 раз.</p>
5	<p>1) Пас в стенку баскетбольным мячом, максимально быстро;</p> <p>2) Со штрафной линии разбег, прыжок до щита, обратно спиной вперед;</p> <p>3) С волейбольным мячом делаем выпады вперед с последующими поворотом туловищем;</p> <p>4) Приседания на одной ноге (выполняется возле гимнастической стенки);</p>	<p>1) 15 секунд;</p> <p>2) 20 секунд;</p> <p>3) 30 секунд.</p>

	<p>5) Отжимание с перекладыванием рук;</p> <p>6) Выбрасывания из-за головы набивного мяча в мат.</p>	
6	<p>1) Толкание набивного мяча из положения сидя, лежа.;</p> <p>2) Пас набивным мячом, крючком;</p> <p>3) Передачи из-за головы набивным мячом;</p> <p>4) Выталкивание из круга спинами, боком грудью без помощи рук;</p> <p>5) Отжимания.</p>	<p>1) 3х12 высокий уровень;</p> <p>2) 3х12 высокий уровень;</p> <p>3) 3х12 высокий уровень;</p> <p>4) на время;</p> <p>5) 3х12.</p>

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 25**

РАССМОТРЕНА
на заседании методического совета
от « 08 » 05 20 24 г.
Протокол № 7

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № 25
Е. В. Маркова
« 08 » мая 20 24 г.
Приказ № 10/2024



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА**
физкультурно-спортивной направленности
«Футбол»

Срок реализации: 9 месяцев
Возраст обучающихся: 12-15 лет
Автор-составитель программы:
Баранцев Кирилл Викторович,
педагог дополнительного образования

г. Сургут, 2024

АННОТАЦИЯ

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» относится к физкультурно-спортивной направленности, предназначена для обучающихся 12-15 лет. Программа рассчитана на 1 год обучения (68 часов), 2 часа в неделю.

На занятиях ребята осваивают правила игры в футбол, тактику и стратегию ведения игры, узнают правила игры в футбол и играют тренировочные товарищеские встречи между собой. Затем они участвуют в различных соревнованиях, выполняют спортивные разряды по футболу, становятся чемпионами и призёрами своей школы, клуба, района и выезжают на областные и общероссийские соревнования.

Цель программы стимулирования интереса учащихся к футболу через учебно-тренировочные занятия и игровую практику. Программа способствует развитию спортивных навыков, тактического мышления и физической подготовки участников. Учебно-тренировочные мероприятия направлены на формирование у учащихся устойчивого интереса к футболу и развитие самообразовательной деятельности.

Данная программа поможет учащимся улучшить технику игры, повысить игровую эффективность и подготовиться к соревнованиям. Программа "Футбол" способствует формированию целостного представления о футболе, развитию коммуникативных навыков и способностей к работе в команде, что будет полезно в дальнейшем спортивном развитии учащихся.

Возраст обучающихся - программа предназначена для обучения детей в возрасте 12 – 15 лет.

Объём программы – 68 часов. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 40 минут.

Срок реализации программы – 9 месяцев.

Форма обучения – групповая (25 человек в группе).

**ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ) ПРОГРАММЫ**

Название программы	Футбол
Направленность программы	Физкультурно-спортивная
Ф.И.О. педагога, реализующего дополнительную общеобразовательную программу	Баранцев Кирилл Викторович, педагог дополнительного образования, первая квалификационная категория
Год разработки	2024
Где, когда и кем утверждена дополнительная общеобразовательная программа	Решение методического совета, протокол №7 от 08.05.2024, Приказ от 08.05.2024 №ПП25-17-191/4
Информация о наличии рецензии/экспертного заключения	Не имеется
Уровень программы	Базовый
Информация о наличии рецензии	нет
Цель	Развитие физических и личностных качеств, нравственных и духовных сил юных спортсменов, формирование спортивной культуры и культуры здоровья, воспитание интереса детей к спорту и приобщение их к футболу
Задачи	<p>Обучающие:</p> <ul style="list-style-type: none"> • овладеть всеми приемами техники на уровне умений и навыков • овладеть индивидуальными и групповыми тактическими действиями, правилам игры; • овладеть основами тактики командных действий • подготовить к выполнению нормативных требований по годам обучения этапа подготовки. <p>Развивающие:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Воспитать специальные способности (гибкость, быстроту, ловкость) средствами мини-футбола для успешного овладения навыками игры • привить навыки самоорганизации, волевые качеств. <p>Воспитательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Привить стойкий интерес к занятиям мини-футболом, приучить к игровой обстановке; • Привить навыки соревновательной деятельности в соответствии с правилами мини-футбола • формировать спортивную культуру и культуру здоровья и т.д.
Планируемые результаты освоения программы	Личностные результаты: 1. Улучшение самодисциплины и усиление ответственности через регулярные тренировки и участие в соревнованиях.

	<p>2. Развитие коммуникативных навыков и способности работать в коллективе, налаживание взаимодействия с партнерами на поле.</p> <p>3. Формирование целеустремленности, настойчивости и стремления к самосовершенствованию в спортивной деятельности.</p> <p>4. Развитие уверенности в себе и умения принимать решения в стрессовых ситуациях во время игры.</p> <p>Предметные результаты:</p> <p>1. Овладение основными техническими навыками футбола: пас, удар, дриблинг, отбор мяча.</p> <p>2. Понимание тактических приемов и стратегий игры, включая работу в обороне и наступление.</p> <p>3. Улучшение физической подготовки, включая выносливость, скорость, силу и гибкость.</p> <p>4. Развитие координации движений и пространственного мышления на поле.</p> <p>Метапредметные результаты:</p> <p>1. Развитие умения самостоятельно планировать тренировки и контролировать свои достижения в футболе.</p> <p>2. Формирование навыков самоанализа игровой деятельности и стремления к улучшению своих навыков.</p> <p>3. Развитие способности принимать решения на основе анализа игровой ситуации и адаптироваться к изменениям в игре.</p> <p>4. Повышение уровня мотивации, стремления к достижению поставленных целей и развитие спортивного потенциала.</p>
Срок реализации программы	9 месяцев.
Количество часов в неделю / год	2 часа/68 часов
Возраст обучающихся	12-15 лет
Формы занятий	<p><u>Форма организации детей на занятии:</u> Групповая с организацией индивидуально-дифференцированных форм работы внутри группы, подгрупповая, теоретические занятия, беседы, инструкторская и судейская практика.</p> <p><u>Форма проведения занятий:</u> практическое, комбинированное, соревновательное.</p> <p><u>Форма и способы фиксации результатов:</u> - дневник достижений, учащихся; - портфолио учащихся.</p>
Методическое обеспечение (применяемые методики, технологии)	<p><u>Для педагога:</u></p> <p>1. "Футбол. Теория и практика тренировки" - автор Ковалев Г.В., издательство "Физкультура и спорт" (2018);</p>

	<p>2. "Теория и методика физического воспитания и спорта. Футбол" - под редакцией Матвеева Л.П., издательство "Инфра-М" (2018);</p> <p>3. "Теория и методика физического воспитания и спорта в области футбола" - автор Киреев В.С., издательство "Академкнига" (2019);</p> <p>4. "Методика преподавания физической культуры. Футбол" - под редакцией Голубева А.И., издательство "Дашков и К" (2020);</p> <p>5. "Теория и методика футбола" - автор Буянов В.Ф., издательство "Перспектив" (2021);</p> <p>6. "Футбол для учащихся 2018-2023. Специфика обучения и игры для школьников" (О. Никитина, И. Толстоброва, Е. Горохова, 2018)</p> <p>7. "Разработка учебного проекта на физическую культуру и футбол" (В. Соболева, М. Баранов, С. Соболев, 2019).</p> <p>8. "Стратегии развития физической культуры и футбола для учащихся 2018-2023" (О. Крутая, И. Галкин, Т. Трухина, 2020).</p> <p>9. "Эффективное управление учебными достижениями и повышение мотивации к футболу и физической культуре" (С. Пасечникова, А. Гулевич, Т. Астахов, 2021).</p> <p>10. "Футбол и физическая культура для детей: своевременная диагностика проблем и современные техники образования" (А. Караулов, Е. Белгородский, С. Бочаров, 2022).</p> <p>11. "Футбол и физическая культура: подходы к формированию грамотности, безопасности, лидерства и тренировочные практики" (А. Качанова, Е. Анисимова, О. Чирко, 2023).</p> <p>12. А. Я. Забелинский. Навыки игры в баскетбол. Ростов н/Д: Феникс, 2018.</p> <p>13. Н. Н. Зорина. Анатомия баскетбола. Москва: Астрель, 2016.</p> <p>14. М. Т. Денисов и А. В. Ерёмин. Техника современного баскетбола. Новосибирск: Издательство НГТУ, 2020.</p> <p>15. А. А. Шереметьева. Самоучитель баскетболиста. Москва: Титул, 2019.</p> <p>16. С. И. Павлов. Стратегия и психология баскетбола. Омск: Книограф, 2021.</p> <p>17. И. А. Смирнов. Технологические навыки и паттерны игры в баскетбол. Санкт-Петербург: Наука и техника, 2022.</p> <p>18. О. С. Васильев. Тренировочные программы для спортсменов-баскетболистов. Самара: БАза, 2023.</p> <p>Для обучающихся и родителей:</p> <p>1. Красножан, Ю. "Футбол: Техника, тактика, тренировка". Москва: Олимпийская</p>
--	--

	<p>литература, 2012.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Маслаченко, В. "Методика подготовки футболистов". Москва: Просвещение, 2005. 3. Бесков, К. "Тактика современного футбола". Москва: Физкультура и спорт, 1988. 4. Лобановский, В., Зеленцов, А. "Футбол. Подготовка команды". Москва: Физкультура и спорт, 1985. 5. Сёмин, Ю. "Тренировка юных футболистов". Москва: Советский спорт, 2010. 6. Блохин, О. "Секреты футбольного мастерства". Киев: Здоров'я, 2002. 7. Смертин, А. "Футбольная психология". Москва: Олимпийская литература, 2014. 8. Иванов, В. "Основы футбольной тренировки". Москва: Советский спорт, 2006. 9. Колыванов, И. "Футбол: Техника и тактика". Москва: Спорт, 2011. 10. Бородюк, А. "Анатомия футбола". Москва: Олимпийская литература, 2013. <p>Интернет-источники:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Футбольная академия "Юниор" – Материалы по тренировкам, методические пособия и советы для юных футболистов. 2. Спорт-Экспресс (раздел "Футбол. Тактика и анализ") – Раздел с аналитическими статьями и тактическими разборками. 3. ВКонтакте (группа "Футбол для всех") – Сообщество, где публикуются обучающие материалы, советы по тренировкам и тактике.
<p>Условия реализации программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.)</p>	<p>Спортивный зал для проведения теоретических и практических занятий; Спортивный инвентарь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • мини-футбольные мячи - 30шт. • конусы – 50 шт. • гимнастические скамейки – 5 шт. • набивные мячи - 8 шт. • скакалки - 30 шт. • гантели - 10 шт. • шведские стенки - 10 шт. • перекладина - 3 шт. • ворота футбольные - 4 шт. • мат гимнастический - 5 шт. • канат - 1 шт.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

На занятиях ребята осваивают правила игры в футбол, тактику и стратегию ведения игры, узнают правила игры в футбол и играют тренировочные товарищеские встречи между собой. Затем они участвуют в различных соревнованиях, выполняют спортивные разряды по футболу, становятся чемпионами и призёрами своей школы, клуба, района и выезжают на областные и общероссийские соревнования.

Нормативно-правовое обеспечение программы:

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными правовыми документами:

1. [Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»](#) (с изменениями).
2. [Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»](#).
3. [Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»](#).
4. [Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»](#).
5. Постановление Администрации г. Сургута от 13.12.2013 № 8993 «Об утверждении муниципальной программы «Развитие образования города Сургута на период до 2030 года» (с изменениями и дополнениями).
6. Постановление Администрации г. Сургута от 08.11.2016 № 8249 «Об утверждении программы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в городе Сургуте на 2021 - 2025 годы» (с изменениями). <https://base.garant.ru/45216088/>
7. Постановление Администрации г. Сургута от 08.10.2021 «Об утверждении положения о персонифицированном дополнительном образовании детей в муниципальном образовании городской округ Сургут Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, об организации предоставления сертификатов дополнительного образования». <https://liczejxismatulinasurgut-r86.gosweb.gosuslugi.ru/svedeniya-ob-obrazovatelnoy-organizatsii/struktura-i-organy->

А также другими Федеральными законами, иными нормативными правовыми актами РФ, законами и иными нормативными правовыми актами субъекта РФ (Ханты-Мансийского автономного округа – Югры), содержащими нормы, регулирующие отношения в сфере дополнительного образования детей, нормативными и уставными документами МБОУ СОШ №25.

Реализация дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы осуществляется за пределами Федеральных государственных образовательных стандартов и не предусматривает подготовку обучающихся к прохождению государственной итоговой аттестации по образовательным программам.

Актуальность программы

Содержание программы соответствует приоритетным направлениям концепции дополнительного образования:

В системе дополнительного образования детей в Российской Федерации существует ряд проблем, требующих решения. Рассмотрим их подробнее в контексте разработки и внедрения программы по футболу:

1. **Недостаточная эффективность межведомственного и межуровневого взаимодействия:** Программа "Футбол" может стать платформой для улучшения координации между различными ведомствами и уровнями управления. Футбол, будучи массовым и популярным видом спорта, способен объединить усилия школ, спортивных

федераций, местных администраций и других заинтересованных сторон.

2. **Неразвитость механизмов учета индивидуальных возможностей и потребностей ребенка:** Программа "Футбол" может быть гибкой, предлагая различные уровни сложности и форматы обучения, что позволяет учитывать индивидуальные потребности и способности каждого ребенка. Это способствует их всестороннему развитию и улучшению здоровья.

3. **Ограниченная доступность инфраструктуры для различных категорий детей:** Футбольные программы могут быть адаптированы для детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов, что обеспечит их включение в спортивную жизнь и улучшение качества их жизни.

4. **Неэффективное использование потенциала дополнительного образования в формировании функциональной грамотности и компетенций:** Занятия футболом способствуют развитию не только физической формы, но и социальных навыков, командной работы, дисциплины и целеустремленности, что важно для всестороннего развития личности.

5. **Недостаточный вклад дополнительного образования в профилактику школьной неуспешности:** Спортивные программы, включая футбол, могут способствовать улучшению академической успеваемости через развитие навыков самодисциплины, улучшение физического и психоэмоционального состояния детей.

6. **Обособленность дополнительного образования от общего и профессионального образования:** Программа "Футбол" может быть интегрирована в общую систему образования, предоставляя детям возможность совмещать спортивные тренировки с академическим обучением, а также открывая пути к профессиональной спортивной карьере.

Новизна программы. Программа "Футбол" является актуальным и перспективным направлением в системе дополнительного образования детей. Она может не только способствовать решению существующих проблем, но и стать важным элементом всестороннего развития подрастающего поколения, обеспечивая им необходимые физические и социальные навыки, способствуя здоровому образу жизни и формируя гармонично развитую личность.

Направленность: физкультурно-спортивная направленность

Уровень освоения программы: базовый

Отличительные особенности данной программы:

Программа вызовет несомненный интерес у детей. В программе осуществляется физкультурно-оздоровительная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники выбранного вида спорта-мини-футбола, выбор спортивной специализации и выполнение контрольных нормативов.

Футбол - командный вид спорта, цель которого - забить мяч в ворота соперника ногами или другими частями тела (кроме рук) большее количество раз, чем команда соперника. В настоящее время самый популярный и массовый вид спорта в мире.

Адресат программы: программа предназначена для обучения детей в возрасте 12 – 15 лет.

Количество обучающихся в группе: в группе по 25 обучающихся.

Срок освоения программы – 9 месяцев.

Объем программы - программа рассчитана на 68 часов.

Режим занятий - занятия проводятся 2 раза в неделю по 40 минут.

Форма обучения – очная

Виды занятий:

Основными формами определяются тренером-преподавателем самостоятельно в зависимости от особенностей материала, от возрастных особенностей организма, занимающихся и др. Можно выделить три основные группы форм занятий:

- по количеству занимающихся, участвующих в занятии целесообразно применять групповую форму работы;

- по особенностям коммуникативного взаимодействия тренера-преподавателя и детей основными формами учебно-тренировочной работы в школе являются: групповые занятия; теоретические занятия (в форме бесед, лекций, просмотра и анализа учебных кинофильмов, CD дисков, просмотра записи соревнований);
- занятия в условиях спортивно-оздоровительного лагеря, медико-восстановительные мероприятия; культурно-массовые мероприятия, участие в конкурсах и смотрах.

Особенности организации образовательного процесса:

Цель образовательной программы: развитие физических и личностных качеств, нравственных и духовных сил юных спортсменов, формирование спортивной культуры и культуры здоровья, воспитание интереса детей к спорту и приобщение их к футболу.

Для достижения этой цели поставлены следующие **задачи:**

1. Обучающие:

- овладеть всеми приемами техники на уровне умений и навыков
- овладеть индивидуальными и групповыми тактическими действиями, правилам игры;
- овладеть основами тактики командных действий
- подготовить к выполнению нормативных требований по годам обучения этапа подготовки.

2. Развивающие:

- воспитать специальные способности (гибкость, быстроту, ловкость) средствами мини-футбола для успешного овладения навыками игры
- привить навыки самоорганизации, волевые качеств.

3. Воспитательные:

- привить стойкий интерес к занятиям мини-футболом, приучить к игровой обстановке;
- привить навыки соревновательной деятельности в соответствии с правилами мини-футбола
- формировать спортивную культуру и культуру здоровья и т.д.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный план

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы контроля
		Общее количество часов	Теория	Практика	
1	Теоретическая подготовка	3	3	0	-
2	Техническая подготовка	14	2	12	практика
3	Общая физическая подготовка	11	0	11	тестирование
4	Специальная физическая подготовка	38	0	38	тестирование
5	Контрольно- переводные нормативы	2	0	2	тестирование
	Итого	68	5	62	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Теоретическая подготовка (3 часа)

1) Теория: История развития футбола – 1 час

Характеристика мини-футбола как средства физического воспитания молодежи. История возникновения мини-футбола. Развитие мини-футбола в России и за рубежом. Крупнейшие соревнования по мини-футбола в России и в мире.

2) Теория: Гигиена футболиста – 1 час

Понятие о гигиене и санитарии. Общие представления об основных системах энергообеспечения человека.

3) Теория: Техника безопасности – 1 час

Знакомство ребят с техникой безопасности во время занятий по футболу, как себя правильно вести в зале.

Раздел 2. Техническая подготовка (14 часов)

1) Практика: Специальные технические приемы – 12 часов

Включает упражнения без мяча и с мячом. В состав упражнений с мячом входят передача, прием, ведение и удары по воротам. Тактические действия включают действия (индивидуальные и командные) игрока в нападении и защите.

2) Теория: Терминология и судейские жесты – 2 часа

Изучение жестов судей и их обозначение в игре, как правильно показывать различные жесты

Раздел 3. Общая физическая подготовка (11 часов)

Практика – 11 часов

Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой

скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения.

Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие.

Раздел 4. Специальная физическая подготовка (38 часов)

Практика – 38 часов.

Развитие прыгучести средствами футбола. Упражнения с набивными и теннисными мячами, развитие быстроты реакции, наблюдательности, координации. Смена игровых действий и перемещений по сигналу тренера.

Игры и эстафеты с препятствиями. Контрольные игры и судейская практика. Соревнования между группами.

Судейство во время товарищеских игр: ведение протокола, выполнение обязанностей первого и второго судей, судей на линии. Соревнования.

Участие в соревнованиях различного уровня. Судейство во время игры.

Раздел 5. Контрольно- переводные нормативы (2 часа)

Практика – 2 часа.

Сдача контрольных нормативов по мини-футболу. Нормативы, направленные на физические качество. Нормативы направленные на специальную физическую подготовку и технические действия обучающегося.

Планируемые результаты освоения программы

По окончании изучения программы обучающийся должен:

Знать:

- работу сердечно-сосудистой системы, понятие о телосложении человека.
- основные линии на площадке. Основные правила игры в мини-футбол. Какие бывают нарушения правил. Жесты судей.
- гигиенические требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями.
- способы подсчета пульса. Способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями.

Уметь:

- выполнять передачу мяча внутренней стороной стопы. Передачу мяча внешней стороной стопы.
- выполнять приемы обыгрывания защитника.
- применять в игре командное нападение. Взаимодействовать с заслоном, а также применять индивидуальные, групповые и командные действия в защите в игре мини-футбол.
- приобретенные знания и умения в практической и игровой деятельности, в повседневной жизни для включения занятий спортом в активный отдых и досуг.
- удары по воротам с 10м.
- удары со средних и дальних дистанций.
- удары по воротам после ведения.
- передачи мяча в парах.
- передачи мяча в движении.
- обводка стоек.

Личностные результаты:

1. Улучшение самодисциплины и усиление ответственности через регулярные тренировки и участие в соревнованиях.
2. Развитие коммуникативных навыков и способности работать в коллективе, налаживание взаимодействия с партнерами на поле.
3. Формирование целеустремленности, настойчивости и стремления к самосовершенствованию в спортивной деятельности.

4. Развитие уверенности в себе и умения принимать решения в стрессовых ситуациях во время игры.

Предметные результаты:

1. Овладение основными техническими навыками футбола: пас, удар, дриблинг, отбор мяча.

2. Понимание тактических приемов и стратегий игры, включая работу в обороне и наступление.

3. Улучшение физической подготовки, включая выносливость, скорость, силу и гибкость.

4. Развитие координации движений и пространственного мышления на поле.

Метапредметные результаты:

1. Развитие умения самостоятельно планировать тренировки и контролировать свои достижения в футболе.

2. Формирование навыков самоанализа игровой деятельности и стремления к улучшению своих навыков.

3. Развитие способности принимать решения на основе анализа игровой ситуации и адаптироваться к изменениям в игре.

4. Повышение уровня мотивации, стремления к достижению поставленных целей и развитие спортивного потенциала.

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Календарный учебный график

Количество учебных недель: 34

Количество учебных дней: 68

Сроки учебных периодов: 1 полугодие – 34

2 полугодие – 34

№ п/п	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1			Теоретическое занятие	1	Техника безопасности при занятиях Мини-футболом	Кабинет	Опрос
2			Теоретическое занятие	1	Гигиенические требования к занимающимся	Кабинет	Опрос
3			Теоретическое занятие	1	Правила по мини-футболу	Кабинет	Опрос
4			Практическое занятие	1	Обводка мяча на месте	Спортивный зал	Практика
5			Практическое занятие	1	Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Остановка и передача мяча на месте	Спортивный зал	Практика
6			Практическое занятие	1	Остановка и передача мяча в движении	Спортивный зал	Практика
7			Практическое занятие	1	Ведение мяча с изменением направления	Спортивный зал	Практика
8			Практическое занятие	1	Нормативы. Входной контроль	Спортивный зал	Сдача нормативов

9			Практическое занятие	1	Развитие двигательных качеств	Спортивный зал	Практика
10			Практическое занятие	1	Остановка мяча лбом. Учебная игра	Спортивный зал	Практика
11			Практическое занятие	1	Остановка мяча грудью. Учебная игра	Спортивный зал	Практика
12			Практическое занятие	1	Техника игры вратаря. Учебная игра	Спортивный зал	Практика
13			Практическое занятие	1	Остановка прыжком	Спортивный зал	Практика
14			Практическое занятие	1	Удары по катящемуся мячу. Учебная игра	Спортивный зал	Практика
15			Практическое занятие	1	Развитие двигательных качеств. Учебная игра	Спортивный зал	Практика
16			Практическое занятие	1	Удары по мячу носком, пяткой	Спортивный зал	Практика
17			Практическое занятие	1	Удары по мячу головой. Учебная игра	Спортивный зал	Практика
18			Практическое занятие	1	Обманные движения (финты). Игра «Квадрат	Спортивный зал	Практика
19			Практическое занятие	1	Отбор мяча. Вбрасывание. Учебная игра	Спортивный зал	Практика
20			Практическое занятие	1	Нормативы. Промежуточный контроль	Спортивный зал	Сдача нормативов
21			Практическое занятие	1	Учебная игра	Спортивный зал	Практика
22			Практическое занятие	1	Учебная игра	Спортивный зал	Практика
23			Практическое	1	«Передай мяч и выходи»	Спортивный зал	Практика

			занятие				
24			Практическое занятие	1	Учебная игра	Спортивный зал	Практика
25			Практическое занятие	1	Удары со средней дистанции	Спортивный зал	Практика
26			Практическое занятие	1	Развитие выносливости	Спортивный зал	Сдача нормативов
27			Теоретическое занятие	1	Учебная игра	Спортивный зал	Практика
28			Практическое занятие	1	Ведение зигзагом	Спортивный зал	Практика
29			Практическое занятие	1	Обводка соперника	Спортивный зал	Практика
30			Практическое занятие	1	Учебная игра	Спортивный зал	Практика
31			Практическое занятие	1	Ведение мяча	Спортивный зал	Практика
32			Практическое занятие	1	Совершенствование навыков ведения	Спортивный зал	Практика
33			Практическое занятие	1	Закрепление навыков ведения	Спортивный зал	Практика
34			Практическое занятие	1	Обводка мяча на месте	Спортивный зал	Практика
35			Практическое занятие	1	Индивидуальные действия в защите и в нападении. Тактика вратаря.	Спортивный зал	Практика
36			Практическое занятие	1	Групповые действия в защите и в нападении	Спортивный зал	Практика
37			Практическое занятие	1	Развитие выносливости	Спортивный зал	Практика

38			Практическое занятие	1	Нормативы	Спортивный зал	Сдача нормативов
39			Практическое занятие	1	Совершенствование навыков остановки мяча. Учебная игра	Спортивный зал	Практика
40			Практическое занятие	1	Совершенствование навыков передачи мяча. Учебная игра	Спортивный зал	Практика
41			Практическое занятие	1	Развитие быстроты	Спортивный зал	Практика
42			Практическое занятие	1	Учебная игра	Спортивный зал	Показ своих игровых навыков
43			Практическое занятие	1	Обучение остановки мяча бедром. Учебная игра	Спортивный зал	Практика
44			Практическое занятие	1	Обучение ударам по мячу. Учебная игра	Спортивный зал	Практика
45			Практическое занятие	1	Ведение мяча по прямой	Спортивный зал	Практика
46			Практическое занятие	1	Ведение мяча по дуге	Спортивный зал	Практика
47			Практическое занятие	1	Ведение мяча по кругам	Спортивный зал	Практика
48			Практическое занятие	1	Развитие силы	Спортивный зал	Практика
49			Практическое занятие	1	Совершенствование навыков удара по мячу с лета. Учебная игра.	Спортивный зал	Практика
50			Практическое занятие	1	Стойка и перемещение футболиста	Спортивный зал	Практика
51			Практическое занятие	1	Обучение отбору мяча у соперника. Учебная игра	Спортивный зал	Практика
52			Практическое	1	Обучение розыгрышу мяча в стандартных	Спортивный зал	Практика

			занятие		положениях (штрафной)		
53			Практическое занятие	1	Совершенствование ударов мячом по воротам. Учебная игра	Спортивный зал	Практика
54			Практическое занятие	1	Ведение зигзагом	Спортивный зал	Практика
55			Практическое занятие	1	Обводка соперника	Спортивный зал	Практика
56			Практическое занятие	1	Передача в парах и в движении	Спортивный зал	Практика
57			Практическое занятие	1	Передача мяча в прыжке	Спортивный зал	Практика
58			Практическое занятие	1	Развитие быстроты	Спортивный зал	Практика
59			Практическое занятие	1	Наведение	Спортивный зал	Практика
60			Практическое занятие	1	Тройка	Спортивный зал	Практика
61			Практическое занятие	1	Малая восьмерка	Спортивный зал	Практика
62			Практическое занятие	1	Система личной защиты	Спортивный зал	Практика
63			Практическое занятие	1	Система зонной защиты	Спортивный зал	Практика
64			Практическое занятие	1	Развитие выносливости	Спортивный зал	Практика
65			Практическое занятие	1	Развитие силы	Спортивный зал	Практика
66			Практическое занятие	1	Контрольная игра	Спортивный зал	Показ своих игровых навыков

67			Практическое занятие	1	Контрольные испытания	Спортивный зал	Сдача нормативов
68			Практическое занятие	1	Игра в мини-футбол	Спортивный зал	Показ своих игровых навыков

Условия реализации программы

1. Обеспечение спортивного зала для мини-футбола соответствующим необходимым оборудованием, включающим в себя:

- Футбольные мячи для тренировок и игр;
- Набивные мячи для различных упражнений и тренировок;
- футбольные ворота, предназначенные для ударов мяча по воротам;
- Теннисные мячи, баскетбольные мячи и волейбольные мячи для разнообразия тренировочных упражнений.

2. Наличие в зале как минимум двух футбольных ворот, обеспечивающих возможность проведения тренировок и игр в полном объеме, а также наличие футбольной разметки разметки, обеспечивающей соответствие площади зала стандартам и требованиям для проведения тренировок и соревнований по мини-футболу.

3. Создание условий для эффективной реализации программы по мини-футболу, включающей в себя разнообразные тренировочные упражнения, игровые ситуации и специальные дисциплины, направленные на развитие навыков и умений игроков, а также формирование сильной и сплоченной команды.

4. Обеспечение инструкторского персонала и тренеров, осуществляющих контроль за правильной реализацией программы, проведение тренировок, коррекцию техники и тактики игры, а также мотивацию спортсменов к достижению высоких результатов.

5. Предоставление адекватных условий для физической подготовки спортсменов, включая регулярные тренировки, участие в соревнованиях, поддержку и медицинское обслуживание, обеспечивающие здоровье и безопасность участников программы по мини-футболу.

Методическое обеспечение программы:

Формы организации деятельности учащихся на занятии

- фронтальная (аудиторное занятие): работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, показ, объяснение и т.п.);
- групповая: организация работы (совместные действия, общение, взаимопомощь) в малых группах, в том числе в парах, для выполнения определенных задач; задание выполняется таким образом, чтобы был виден вклад каждого учащегося (группы могут выполнять одинаковые или разные задания, состав группы может меняться в зависимости от цели деятельности);
- работа в подгруппах: одна из подгрупп на занятии осваивает новый материал; другая подгруппа (другие подгруппы) выполняют самостоятельные задания;

Формы проведения занятий

Основная форма обучения – учебное занятие.

Дополнительными формами занятий являются:

- занятие-семинар;
- конференция;
- занятие мастер-класс;
- соревнования.

Методы по способу организации занятий

1. *Словесные методы обучения:*

- беседа;
- объяснение;
- рассказ;
- описание;
- рассуждение;

2. *Наглядные методы обучения:*

- Демонстрация;

- показ образца;
 - иллюстрация;
3. *Практические методы обучения:*
- наблюдение;
 - опыт;
 - упражнения;
 - репродуктивные;
 - объяснительно-иллюстративные;

Методы по уровню деятельности учащихся

- *Наблюдение* - это целенаправленное восприятие предметов и явлений с помощью органов чувств с целью формирования правильных представлений и понятий, умений и навыков.
- *Соревнования* – показ своих навыков на различных товарищеских встречах в нестандартной обстановке
- *Практические методы учения* – это вид деятельности ученика, при котором происходит формирование и совершенствование практических умений и навыков в ходе выполнения практических заданий.
- *Упражнения* - это планомерно организованное повторное выполнение каких-либо действий с целью их освоения или совершенствования.
- *Объяснительно-иллюстративные* отражают деятельность учителя и ученика, состоящую в том, что учитель сообщает готовую информацию разными путями, с использованием демонстраций, учащиеся воспринимают, осмысливают и запоминают ее. При необходимости воспроизводят полученные знания.
- *Репродуктивные* способствуют усвоению знаний (на основе заучивания), умений и навыков (через систему упражнений). При этом управленческая деятельность учителя состоит в подборе необходимых инструкций, алгоритмов и других заданий, обеспечивающих многократное воспроизведение знаний и умений по образцу.
- *Проблемное изложение*, рассчитанное на вовлечение ученика в познавательную деятельность, учитель ставит проблему, сам показывает пути ее решения, а учащиеся внимательно следят за ходом мысли учителя, размышляют, переживают вместе с ним и тем самым включаются в атмосферу научно-доказательного поискового решения;
- *Частично-поисковые, или эвристические методы*, используются для подготовки учащихся к самостоятельному решению познавательных проблем, для обучения их выполнению отдельных шагов решения и этапов исследования;
- *Исследовательские методы* - способы организации поисковой, творческой деятельности учащихся по решению новых для них познавательных проблем. Эти методы наиболее полно решают задачи развития учащихся при обучении.

Материально-техническое обеспечение программы:

Спортивный зал для проведения теоретических и практических занятий.

Спортивный инвентарь:

- мини-футбольные мячи – 30 шт.
- конусы – 50 шт.
- гимнастические скамейки – 5 шт.
- набивные мячи – 8 шт.
- скакалки – 30 шт.
- гантели – 10 шт.
- шведские стенки – 10 шт.
- перекладина – 3 шт.

Формы промежуточной аттестации и итогового контроля

Контрольные упражнения по физической подготовке юных спортсменов подобраны таким образом, чтобы были видны результаты работы с группой тренера-преподавателя, в соответствии с этапами подготовки. (Приложение 1)

При выполнении контрольных нормативов учитывается возраст, класс обучающегося, техника выполнения и количество пройденных тестов.

Технические навыки:

- **Метание мяча:** Оценка точности, силы и ударов по воротам, включая разнообразные виды ударов, такие как, свободные и мячи в движении.
- **Дриблинг:** Анализ контроля мяча при движении, способности обходить соперников, изменения направления и скорости дриблинга.
- **Подбор мяча:** Оценка навыков подбора как в нападении, так и в защите, в том числе подборов в воздухе и подборов после бросков.

Тактическое понимание игры:

- **Чтение игры:** Способность игрока анализировать текущую ситуацию на площадке, предвидеть ход событий и принимать обоснованные решения.
- **Позиционирование:** Оценка правильного размещения на площадке в различных игровых ситуациях, как в нападении, так и в защите.
- **Взаимодействие с партнерами по команде:** Умение эффективно общаться, передвигаться и взаимодействовать с партнерами для достижения общих целей.

Физическая форма:

- **Выносливость:** Оценка способности игрока поддерживать высокий темп игры в течение продолжительного времени.
- **Сила и гибкость:** Учет физической силы для успешного сопротивления соперникам и гибкости для проведения разнообразных движений.
- **Скорость и реакция:** Оценка быстроты реакции на события на площадке и общей скорости передвижения.

командная работа:

- **Работа в атаке и защите:** Оценка способности игрока сотрудничать с партнерами в атаке, создавать комбинации и эффективно защищаться.
- **Лидерство:** Умение принимать инициативу, мотивировать партнеров и принимать ответственность за результаты команды.
- **Понимание тактики тренера:** Способность игрока воспринимать и выполнять тактические указания тренера в ходе игры.
- **Оценка каждого аспекта может включать в себя числовые показатели, видеоанализ и регулярные обратные связи для постоянного улучшения навыков игрока.**

Оценочные материалы

1. Система оценки достижения планируемых результатов освоения программы. (Приложение 1)
2. Педагогические условия для формирования и развития самоконтроля и самооценки обучающимися процесса и результатов освоения программы. (Приложение 2)
3. Методическое обеспечение программы. (Приложение 3)

Все данные оценочные материалы вносятся в таблицу для отслеживания прогресса учащихся.

Список литературы

Для педагога:

1. "Футбол. Теория и практика тренировки" - автор Ковалев Г.В., издательство "Физкультура и спорт" (2018);

2. "Теория и методика физического воспитания и спорта. Футбол" - под редакцией Матвеева Л.П., издательство "Инфра-М" (2018);
 4. "Теория и методика физического воспитания и спорта в области футбола" - автор Киреев В.С., издательство "Академкнига" (2019);
 5. "Методика преподавания физической культуры. Футбол" - под редакцией Голубева А.И., издательство "Дашков и К" (2020);
 6. "Теория и методика футбола" - автор Буянов В.Ф., издательство "Перспектив" (2021);
 7. "Футбол для учащихся 2018-2023. Специфика обучения и игры для школьников" (О. Никитина, И. Толстоброва, Е. Горохова, 2018)
 8. "Разработка учебного проекта на физическую культуру и футбол" (В. Соболева, М. Баранов, С. Соболев, 2019).
 9. "Стратегии развития физической культуры и футбола для учащихся 2018-2023" (О. Крутая, И. Галкин, Т. Трухина, 2020).
 10. "Эффективное управление учебными достижениями и повышение мотивации к футболу и физической культуре" (С. Пасечникова, А. Гулевич, Т. Астахов, 2021).
 11. "Футбол и физическая культура для детей: своевременная диагностика проблем и современные техники образования" (А. Караулов, Е. Белгородский, С. Бочаров, 2022).
 12. "Футбол и физическая культура: подходы к формированию грамотности, безопасности, лидерства и тренировочные практики" (А. Качанова, Е. Анисимова, О. Чирко, 2023).
 13. А. Я. Забелинский. Навыки игры в баскетбол. Ростов н/Д: Феникс, 2018.
 14. Н. Н. Зорина. Анатомия баскетбола. Москва: Астрель, 2016.
 15. М. Т. Денисов и А. В. Ерёмин. Техника современного баскетбола. Новосибирск: Издательство НГТУ, 2020.
 16. А. А. Шереметьева. Самоучитель баскетболиста. Москва: Титул, 2019.
 17. С. И. Павлов. Стратегия и психология баскетбола. Омск: Книгограф, 2021.
 18. И. А. Смирнов. Технологические навыки и паттерны игры в баскетбол. Санкт-Петербург: Наука и техника, 2022.
 19. О. С. Васильев. Тренировочные программы для спортсменов-баскетболистов. Самара: БАза, 2023.
- Для обучающихся и родителей:***
1. Красножан, Ю. "Футбол: Техника, тактика, тренировка". Москва: Олимпийская литература, 2012.
 2. Маслаченко, В. "Методика подготовки футболистов". Москва: Просвещение, 2005.
 3. Бесков, К. "Тактика современного футбола". Москва: Физкультура и спорт, 1988.
 4. Лобановский, В., Зеленцов, А. "Футбол. Подготовка команды". Москва: Физкультура и спорт, 1985.
 5. Сёмин, Ю. "Тренировка юных футболистов". Москва: Советский спорт, 2010.
 6. Блохин, О. "Секреты футбольного мастерства". Киев: Здоров'я, 2002.
 7. Смертин, А. "Футбольная психология". Москва: Олимпийская литература, 2014.
 8. Иванов, В. "Основы футбольной тренировки". Москва: Советский спорт, 2006.
 9. Колыванов, И. "Футбол: Техника и тактика". Москва: Спорт, 2011.
 10. Бородюк, А. "Анатомия футбола". Москва: Олимпийская литература, 2013.
- Интернет-источники:***
1. [Футбольная академия "Юниор"](#) – Материалы по тренировкам, методические пособия и советы для юных футболистов.
 2. [Спорт-Экспресс \(раздел "Футбол. Тактика и анализ"\)](#) – Раздел с аналитическими статьями и тактическими разборками.
 3. [ВКонтакте \(группа "Футбол для всех"\)](#) – Сообщество, где публикуются обучающие материалы, советы по тренировкам и тактике.

Нормативные требования по физической подготовке

№	ТЕСТЫ
1	Бег 30 м с высокого старта (с)
2	Высота подскока с места по Абалакову (см)
3	Метание набивного мяча (1 кг) из 3 исходного положения сидя у стены (см)
4	40-секундный бег по мини-футбольной площадке от лицевой линии (м)
5	Бег 20 м "восьмеркой" (на площадке 6 находятся три стойки, первая на расстоянии 3 м, вторая - 6 м, (с)
6	Ведение мяча 20 м "восьмеркой" (при 7 обводке стойки мяч ведется "дальней" рукой от нее) (с)
7	Передача мяча одной рукой за 30 с на расстоянии 1,5 м (кол-во раз)
8	Демонстрация техники бросков с ближних дистанций одной рукой (правой, левой) с места
9	Демонстрация техники бросков со средних дистанций.
10	Демонстрация техники бросков мяча в движении с правой и левой 23 стороны от щита

Результаты нормативов

Возраст Тесты	Уровень оценки, балл	11-12 лет мальчики	13-15 лет мальчики
Бег 30 метров (с)	5	5,1	4,7
	4	5,5	5,1
	3	5,7	5,3
	2	6	5,6
	1	6,3	5,9
Высота подскока с места по Абалакову (см)	5	48 и больше	60 и больше
	4	42-47	53-59
	3	37-42	46-52
	2	31-35	39-45
	1	30 и меньше	38 и меньше
Метание набивного мяча (1 кг) из 3 исходного положения сидя у стены (см)	5	430	465
	4	350	415
	3	305	390
	2	250	350
	1	200	305
40-секундный бег по мини- футбольной площадке от лицевой линии (м)	5	170	250
	4	160	220
	3	140	200
	2	120	170
	1	100	150

Бег 20 м "восьмеркой" (на площадке 6 находятся три стойки, первая на расстоянии 3 м, вторая - 6 м, (с))	5	5,8	5,4
	4	6	5,7
	3	6,3	6
	2	6,6	6,3
	1	6,9	6,6
Ведение мяча 20 м "восьмеркой" (при 7 обводке стойки мяч ведется "дальней" рукой от нее) (с)	5	7,8	7,6
	4	7,5	7,3
	3	7,2	7
	2	8,1	8,3
	1	8,4	8,6
Передача мяча одной рукой за 30 с на расстоянии 1, 5 м (кол-во раз)	5	40	50
	4	35	45
	3	30	40
	2	25	35
	1	20	30

Контрольные упражнения по физическим подготовкам юных спортсменов подобраны таким образом, чтобы были видны результаты работы с группой тренера-преподавателя и занимающихся, в соответствии с этапами подготовки.

При выполнении контрольных нормативов учитывается возраст класс обучающегося, техника выполнения и количество пройденных тестов.

Педагогические условия для формирования и развития самоконтроля и самооценки обучающимися процесса и результатов освоения программы

Для формирования и развития самоконтроля и самооценки у обучающихся в процессе футбольной деятельности, необходимо создать следующие педагогические условия:

Целеполагание: Постановка ясных целей и задач, позволяющих обучающимся четко понимать, что они должны достичь, и какие навыки и умения развивать.

Обратная связь: Регулярные и конструктивные обратные связи от педагога и соотечественников, помогающие обучающимся анализировать свои успехи и ошибки.

Самостоятельные задания: Предоставление заданий, требующих самостоятельного выполнения и самоконтроля, что способствует развитию ответственности и саморегуляции.

Рефлексия: Специальные моменты для обсуждения прошлых игр и тренировок, где учащиеся могут анализировать свой прогресс, выявлять сильные и слабые стороны.

Индивидуализация: Учет индивидуальных особенностей каждого учащегося при формировании задач и тренировочных программ.

Методика самооценки: Обучение методам самооценки, помогающим обучающимся адекватно оценивать свой уровень подготовки и прогресс.

Поддержка группы: Формирование позитивного коллектива, где учащиеся поддерживают друг друга в стремлении к саморазвитию и достижению общих целей.

Психологическая подготовка: Предоставление психологической поддержки и тренингов, направленных на развитие устойчивости к стрессам и управление эмоциями.

Интерактивные методы обучения: Применение интерактивных методов, таких как ролевые игры, обсуждения и групповые задания, стимулирующих развитие самоконтроля.

Внедрение технологий: Использование видеоанализа, трекинга данных и других технологий для обеспечения объективного взгляда на свои действия и результаты.

Приложение 3

Методическое обеспечение программы

№	Тема программы	Форма организации и проведения занятия	Методы и приёмы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Вид и форма контроля, форма предъявления результата
1	Общие основы футбола ПП и ТБ Правила игры и методика судейства	Групповая, индивидуальная, подгрупповая, фронтальная	Словесный, объяснение, рассказ, беседа практические задания, объяснение нового материала	Конспекты занятий для педагога. Специальная литература, справочные материалы, плакаты	Правила судейства в футболе. Вводный, положение о соревнованиях по футболу
2	Техническая подготовка	Индивидуальная, индивидуально – фронтальный, групповая, подгрупповая, коллективно-групповая, в парах	Словесный, объяснение, беседа, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом. Учебная игра	Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест, соревнование
3	Общесфизическая подготовка	Индивидуальная, групповая, подгрупповая, поточная, фронтальная	Словесный, наглядный показ, упражнения в парах, тренировки	Таблицы, схемы, карточки, мячи на каждого обучающего	Тестирование, карточки судьи, протоколы
4	Специальная подготовка	Индивидуальная, групповая, подгрупповая, фронтальная, коллективно-групповая, в парах	Словесный, объяснение нового материала, рассказ, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест
5	Игровая подготовка	групповая, подгрупповая, коллективно-групповая практические занятия, упражнения в парах, тренировки,	Учебная игра.	Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего, видеозаписи	Учебная игра, промежуточный отбор, соревнование

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 25**

РАССМОТРЕНА

на заседании методического совета
от «___» _____ 20___ г.
Протокол № _____

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУСОШ №25
_____ Е.В. Маркова
«___» _____ 20___ г.
Приказ № _____

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности
«Шахматы»**

Срок реализации: 9 месяцев
Возраст обучающихся: 8-11 лет
Автор-составитель программы:
Баранцев Кирилл Викторович,
педагог дополнительного образования

г. Сургут, 2024

АННОТАЦИЯ

Программа направлена на повышение уровня интереса обучающихся. Шахматы способствуют развитию логического и критического мышления. Они требуют от игрока стратегического планирования, анализа ситуаций и принятия решений, что помогает формировать аналитические навыки, важные в других учебных предметах, таких как математика и естественные науки.

Игра в шахматы требует высокой концентрации и внимания к деталям. Ученики учатся сосредотачиваться на задачах и развивают способность сохранять внимание на протяжении длительных периодов времени, что положительно сказывается на их учебной деятельности в целом.

Шахматы способствуют развитию социальных навыков, таких как коммуникация, терпение и уважение к сопернику. Участие в шахматных турнирах и занятиях группой помогает ученикам лучше взаимодействовать с другими людьми, что является важным аспектом их социальной адаптации.

Игра в шахматы может служить эффективным средством профилактики и коррекции различных поведенческих проблем. Она помогает ученикам управлять своими эмоциями, улучшает дисциплину и мотивацию к учебе.

Шахматы могут быть включены в инклюзивные образовательные программы, так как они доступны для детей с разными способностями и особенностями развития. Это делает шахматы универсальным инструментом для обучения и социализации всех категорий учащихся.

Регулярные занятия шахматами способствуют укреплению психического здоровья, помогая ученикам справляться со стрессом и повышать эмоциональную устойчивость. Психологическая разгрузка и возможность отвлечься от учебных нагрузок позитивно влияют на общее самочувствие детей.

Навыки, приобретенные в шахматах, имеют долгосрочную пользу. Умение мыслить стратегически, анализировать и принимать решения пригодятся ученикам в их будущей профессиональной деятельности и жизни в целом.

Возраст обучающихся - программа предназначена для обучения детей в возрасте 8 – 11 лет.

Объём программы – 34 часа. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 40 минут.

Срок реализации программы – 9 месяцев.

Форма обучения – групповая (10 человек в группе).

**ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ) ПРОГРАММЫ**

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 25

Название программы	Шахматы
Направленность программы	Физкультурно-спортивная
Ф.И.О. педагога, реализующего дополнительную общеобразовательную программу	Баранцев Кирилл Викторович, педагог дополнительного образования, первая квалификационная категория
Год разработки	2024
Где, когда и кем утверждена дополнительная общеобразовательная программа	Решением педагогического совета, протокол №8, дата: 26.04.2023
Уровень программы	Базовый
Информация о наличии рецензии/экспертного заключения	Не имеется
Цель	Формирование у юных шахматистов деятельностной компетенции: освоение навыков стратегии, тактики и техники игры в шахматы.
Задачи	Обучающие: <ul style="list-style-type: none">• привлечь обучающихся к занятиям шахматами;• изучить шахматные термины: белое и черное поле, горизонталь, вертикаль, диагональ, центр, начальное положение, ход, взятие, шах, мат, пат, ничья;• знать названия шахматных фигур и правила хода и взятия каждой фигурой;• различать диагональ, вертикаль, горизонталь;• обобщать, делать несложные выводы; - уметь проводить элементарные комбинации. Развивающие: <ul style="list-style-type: none">• способствовать развитию элементарных мыслительных процессов;• способствовать развитию внимания, памяти;• учиться находить оптимальные решения. Воспитательные: <ul style="list-style-type: none">• стремление к развитию личностных качеств;• прививать навыки самодисциплины;• способствовать воспитанию волевых качеств.
Планируемые результаты освоения программы	Результаты, направленные на достижения учащихся: Личностные результаты: <ol style="list-style-type: none">1. Развитие логического мышления и аналитических способностей у учеников.2. Улучшение концентрации и внимания у детей.

	<p>3. Развитие стратегического мышления и умения принимать решения.</p> <p>4. Повышение самооценки и уверенности в своих способностях.</p> <p>5. Развитие терпения и настойчивости в достижении целей.</p> <p>Предметные результаты:</p> <p>1. Освоение основных правил и терминов шахмат.</p> <p>2. Умение проводить элементарные шахматные комбинации.</p> <p>3. Развитие тактических навыков и понимание стратегии игры.</p> <p>4. Умение планировать свои ходы и просчитывать возможные варианты.</p> <p>5. Повышение уровня игровой культуры и уважение к сопернику.</p> <p>Метапредметные результаты:</p> <p>1. Развитие умения применять полученные знания и навыки в других областях жизни.</p> <p>2. Умение работать в команде и уважать мнение других.</p> <p>3. Развитие творческого мышления и способности находить нестандартные решения.</p> <p>4. Повышение уровня самоорганизации и самоконтроля у учеников.</p> <p>5. Развитие стремления к самосовершенствованию и достижению новых целей.</p>
Срок реализации программы	9 месяцев
Срок реализации программы	2024-2025
Количество часов в неделю, год	1 час, 34 часа
Возраст обучающихся	От 8 до 11 лет
Формы занятий	<p>Форма организации детей на занятии:</p> <p>Групповая с организацией индивидуально-дифференцированных форм работы внутри группы, подгрупповая, теоретические занятия, беседы, инструкторская и судейская практика.</p>
Методическое обеспечение (применяемые методики, технологии)	<p>Для педагога:</p> <p>1. Абрамов С.П., Барский В.Л. Шахматы: первый год обучения. Методика проведения занятий. - М.: ООО "Дайв", 2015. - 256 с.</p> <p>2. Барский В.Л. Карвин в шахматном лесу. Учебник шахмат для младших школьников в 2 кн. Кн.1. - М.: ООО "Дайв", 2014. - 96 с.</p> <p>3. Сухин И.Г. Удивительные приключения в шахматной стране – Ростов-на-Дону: «Феникс», 2014.</p> <p>4. Журавлёв Н.И. Шаг за шагом. М: Физкультура и спорт, 1986. - 288с.</p> <p>5. Губницкий С.Б., Хануков М.Г., Шедей С.А. Полный курс шахмат для новичков и не очень опытных игроков. - М.: ООО "Издательство АСТ"; Харьков: "Фолио", 2002. -</p>

538 с.

6. Сборник дидактического материала к поурочному планированию занятий по обучению игре в шахматы обучающихся старшего дошкольного и младшего школьного возраста. Авторы-составители: педагоги д/о Зайкин В.В., Зайкина В.Л. - Норильск, МБОУ ДОД "Центр внешкольной работы" района Талнах, 2010. - 57с.
7. Дорофеева А. Хочу учиться шахматам - М.: Russian Chess House, 2015.
8. Журавлев Н.И. Шаг за шагом – М.: ФиС, 2012.
9. Зак В.Г. Пути совершенствования – М.: ФиС, 2014.
10. Карпов А. Учись шахматам – М.: ЭГМОНТ Россия ЛТД, 2013.
11. Кентлер А. Шахматный букварь-раскраска.- М.: ФСРМПНТС, 2014.
12. Костенюк А. Как научить шахматам – М.: Russian Chess House, 2015.
13. Нимцович А. Моя система. - М.: Физкультура и спорт, 2019.
14. Блох М. Учебник шахматных комбинаций. - М.: Русский шахматный дом, 2019.
15. Котов А. Жизнь и партии Михаила Таля. - М.: Физкультура и спорт, 2021.
16. Авербах Ю. Шахматные окончания. - М.: Физкультура и спорт, 2020.
17. Каспаров Г. Современный дебют. - М.: Рипол Классик, 2005.

Для обучающихся и родителей:

1. Костров В.В. какую силу я играю? Гамбиты – СПб.: «Литера», 2011.
2. Костров В.В. какую силу я играю? Открытые дебюты – СПб.: «Литера», 2011.
3. Костров В.В. какую силу я играю? Полуоткрытые дебюты – СПб.: «Литера», 2011.
4. Хенкин В.Л. Последний шах: антология матовых комбинаций – М.: ФиС, 2010.
5. Костров В.В. какую силу я играю? Гамбиты – СПб.: «Литера», 2011.
6. Костров В.В. какую силу я играю? Открытые дебюты – СПб.: «Литера», 2011.
7. Костров В.В. какую силу я играю? Полуоткрытые дебюты – СПб.: «Литера», 2011.
8. Костьев А.Н. Учителю о шахматах – М.: «Просвещение», 2013.
9. Нейштадт Я. По следам дебютных катастроф – М.: ФиС, 2013.
10. Нимцович А. Моя система – М.: ФиС, 2010.
11. Панов В. Курс дебютов – М.: ФиС, 2016.
12. Пожарский В.А. Шахматный учебник – М.: изд.

	<p>МЭИ, 2016.</p> <p>13. Попова М. 30 уроков шахматной тактики / М.Попова,</p> <p>14. В.Манаенков. – Тула: 2012.</p> <p>15. Сухин И.Г. Удивительные приключения в шахматной стране – Ростов-на-Дону: «Феникс», 2014.</p> <p>Интернет источники:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Шахматный клуб 2. Шахматные задачи 3. Шахматы онлайн
<p>Условия реализации программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • магнитная демонстрационная доска с магнитными фигурами - 1 штука; • шахматные часы –; • словарь шахматных терминов 10 шт; • комплекты шахматных фигур с досками – 10штук; • ноутбук 1 шт; • проектор 1 шт; • кабинет с типовой мебелью.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Ведение.

Программа направлена на повышение уровня интереса обучающихся. Шахматы способствуют развитию логического и критического мышления. Они требуют от игрока стратегического планирования, анализа ситуаций и принятия решений, что помогает формировать аналитические навыки, важные в других учебных предметах, таких как математика и естественные науки.

Нормативно-правовое обеспечение программы:

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными правовыми документами:

1. [Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»](#) (с изменениями).
2. [Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»](#).
3. [Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»](#).
4. [Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»](#).
5. Постановление Администрации г. Сургута от 13.12.2013 № 8993 «Об утверждении муниципальной программы «Развитие образования города Сургута на период до 2030 года» (с изменениями и дополнениями).
6. Постановление Администрации г. Сургута от 08.11.2016 № 8249 «Об утверждении программы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в городе Сургуте на 2021 - 2025 годы» (с изменениями). <https://base.garant.ru/45216088/>
7. Постановление Администрации г. Сургута от 08.10.2021 «Об утверждении положения о персонифицированном дополнительном образовании детей в муниципальном образовании городской округ Сургут Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, об организации предоставления сертификатов дополнительного образования». <https://liczejxismatulinasurgut-r86.gosweb.gosuslugi.ru/svedeniya-ob-obrazovatelnoy-organizatsii/struktura-i-organy->

А также другими Федеральными законами, иными нормативными правовыми актами РФ, законами и иными нормативными правовыми актами субъекта РФ (Ханты-Мансийского автономного округа – Югры), содержащими нормы, регулирующие отношения в сфере дополнительного образования детей, нормативными и уставными документами МБОУ СОШ №25.

Реализация дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы осуществляется за пределами Федеральных государственных образовательных стандартов и не предусматривает подготовку обучающихся к прохождению государственной итоговой аттестации по образовательным программам.

Актуальность программы

Занятия по шахматам являются важным элементом развития интеллектуальных и творческих способностей детей и подростков. Шахматы - это игра, которая требует логического мышления, стратегического планирования и умения принимать быстрые решения. Занятия по шахматам помогают развивать память, внимание, концентрацию и

умение работать в команде. Они также способствуют развитию навыков коммуникации и умения слушать и уважать мнение других игроков. Шахматы также являются отличным способом для детей и подростков развивать свои творческие способности. Они могут создавать уникальные стратегии и тактики, которые помогают им выигрывать в игре. Кроме того, занятия по шахматам могут помочь детям и подросткам развить навыки тайм-менеджмента и управления стрессом. Они учатся контролировать свои эмоции и принимать решения в условиях неопределенности.

Дополнительная общеразвивающая программа «Шахматы» предназначена для получения базового уровня знаний по предмету. Программа позволяет создать комфортную среду для всех детей. «Шахматы - это не просто спорт. Они делают человека мудрее и дальновиднее, помогают объективно оценить сложившуюся ситуацию, просчитать поступки на несколько «ходов» вперед. А главное, воспитывают характер». (В.В. Путин в послании участникам Чемпионата мира). Шахматы - интеллектуальная игра. Она сочетает в себе элементы логики, спорта и творчества. Шахматы развивают мышление, внимание, память, воспитывают такие ценные качества характера, как терпение, ответственность, самодисциплина.

Обучение по данной программе позволяет наиболее полно использовать игровой и творческий характер шахмат, повышает уровень общей образованности детей, способствует развитию мыслительных способностей и интеллектуального потенциала, воспитывает навыки волевой регуляции характера.

Новизна программы по шахматам заключается в её интеграции с современными технологиями, индивидуализированном подходе к обучению, комплексном развитии детей, междисциплинарных связях, социальной инклюзии и поддержке педагогов. Эти аспекты делают её актуальной и эффективной в решении текущих проблем системы дополнительного образования и способствуют всестороннему развитию детей в современных условиях.

Направленность: физкультурно-спортивная направленность.

Уровень освоения программы: базовый.

Отличительные особенности данной программы по шахматам включают цифровизацию обучения, индивидуализированный подход, комплексное развитие навыков, междисциплинарные связи, инклюзивность.

Эти аспекты делают программу современной, доступной и эффективной для всестороннего развития детей. Благодаря использованию цифровых технологий и интерактивных материалов, программа становится более привлекательной для современных учеников. Комплексное развитие различных компетенций помогает детям становиться более всесторонне развитыми личностями.

Междисциплинарные связи обогащают образовательный процесс и делают его более интересным и познавательным. Инклюзивность программы обеспечивает равные возможности для всех детей, включая тех, у кого есть особые образовательные потребности. Поддержка педагогов через курсы повышения квалификации и методическую помощь способствует повышению качества преподавания. Таким образом, программа по шахматам не только решает многие проблемы дополнительного образования, но и открывает новые возможности для развития и самореализации детей в современном мире.

Адресат программы: программа предназначена для обучения детей в возрасте 8 – 11 лет

Количество обучающихся в группе: в группе по 10 обучающихся.

Срок освоения программы – 9 месяцев.

Объем программы - программа рассчитана на 34 часа.

Режим занятий - занятия проводятся 1 раз в неделю по 40 минут.

Форма обучения – очная.

Виды занятий:

1. Теоретические занятия:

- Обучение основным правилам шахматной игры
- Изучение шахматной нотации
- Работа с открытиями и закрытиями в шахматах
- Изучение тактики и стратегии в шахматной игре

2. Практические занятия:

- Решение шахматных задач и комбинаций
- Проведение шахматных партий и анализ результатов
- Тренировки по эндшпилю
- Симуляция турнирных условий и игра в шахматные турниры

3. Психологические занятия:

- Развитие концентрации и внимания
- Тренировка стрессоустойчивости и управление эмоциями во время игры
- Работа над принятием решений и планированием в шахматах
- Развитие логического мышления и аналитических способностей

4. Турнирные занятия:

- Участие в шахматных соревнованиях и турнирах
- Анализ игры на турнирах и выявление ошибок
- Подготовка к участию в соревнованиях и составление игровых стратегий
- Работа над психологической подготовкой к турнирам

Особенности организации образовательного процесса:

Цель данной программы: Формирование у юных шахматистов деятельностной компетенции: освоение навыков стратегии, тактики и техники игры в шахматы.

Для достижения этой цели поставлены следующие **задачи**:

Обучающие:

- привлечь обучающихся к занятиям шахматами;
- изучить шахматные термины: белое и черное поле, горизонталь, вертикаль, диагональ, центр, начальное положение, ход, взятие, шах, мат, пат, ничья;
- знать названия шахматных фигур и правила хода и взятия каждой фигурой;
- различать диагональ, вертикаль, горизонталь;
- обобщать, делать несложные выводы;
- уметь проводить элементарные комбинации.

Развивающие:

- способствовать развитию элементарных мыслительных процессов;
- способствовать развитию внимания, памяти; - учиться находить оптимальные решения.

Воспитательные:

- стремление к развитию личностных качеств;
- прививать навыки самодисциплины;
- способствовать воспитанию волевых качеств.

Программа рассчитана на более полное изучение, закрепление, совершенствование полученных школьных навыков и расширенное освоение (в отличие от школьного курса) более глубоких навыков шахмат в течение года по следующим разделам:

1. Автоматизированные ходы: Программа может анализировать ситуацию на доске и предлагать оптимальные ходы для игрока. Это может помочь улучшить стратегию и тактику игры.

2. Анализ ошибок: Программа может помочь игроку проанализировать свои ошибки и понять, как их избежать в будущем. Это позволяет улучшить свою игру и повысить уровень мастерства.

3. Обучение: Программа может предоставить игроку множество уроков и советов, чтобы помочь ему улучшить свои навыки. Она может научить игрока новым стратегиям, тактикам и приемам игры.

4. Соревнования: Программа может проводить турниры и соревнования, где игроки могут соревноваться друг с другом и улучшать свои навыки. Это может быть отличным способом для игроков научиться играть и стать лучше.

5. Разнообразие уровня сложности: Программа может иметь различные уровни сложности, что позволяет игроку выбрать уровень, соответствующий его уровню игры. Это помогает игроку развивать свои навыки в соответствии с его уровнем игры.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный план

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма контроля
		Общее количество часов	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. История шахмат.	1	0,5	0,5	-
2	Шахматные фигуры.	5	2	3	Опрос шахматных фигур
3	Понимание шахматной игры.	5	2	3	Контроль игры в шахматы
4	Цель шахматной партии.	2	2	0	Опрос
5	Три стадии шахматной партии.	3	2	1	Опрос
6	Краткая и полная шахматная нотация.	3	0	3	Тест
7	Игра с шахматными часами.	3	0	3	Контрольная игра
8	Мат легкими и тяжелыми фигурами.	3	0	3	Решение задач
9	Король против короля и пешки.	3	1	2	Решение задач
10	Решение шахматных задач.	4	2	2	Решение задач
11	Итоговое занятие.	2	0	2	Контроль игры в шахматы
	Итого	34	11,5	22,5	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Вводное занятие. История шахмат (1 час)

1) Теория: обзор основных разделов программы – 0,5 часа.

Правила поведения на занятиях, правила ТБ. Происхождение шахмат. Легенды о шахматах. Шахматные правила. Поля. Шахматная доска. Линии на шахматной доске. Горизонтали и вертикали. Диагонали. Центр шахматной доски. Ходы шахматных фигур. Начальное положение.

2) Практика: выполнение упражнений – 0,5 часа
«Горизонталь», «Вертикаль», «Диагональ», «Да или нет?», «Не зевай!».
Применение игровых технологий, активных форм погружения в новую для обучающихся деятельность.

Раздел 2. Шахматные фигуры (5 часов)

1) Теория: шахматная доска, ходы и названия всех шахматных фигур - 2 часа

Ценность шахматных фигур. Способы защиты.

2) Практика: применение игровых технологий – 3 часа

Проведение игр и упражнений на внимание и смекалку для выявления способностей к шахматам: «Волшебный мешочек», «Угадай-ка», «Что общего?», «Большая и маленькая», «Кто сильнее?», «Обе армии равны», «Защита контрольного поля», «Атака неприятельской фигуры», «Двойной удар», «Взятие», «Защита».

Раздел 3. Понимание шахматной игры (5 часов)

1) Теория: развитие фигур из начальной позиции – 2 часа

Сильные и слабые места поля. Битое поле.

2) Практика: закрепление полученных знаний с помощью дидактических игр – 3 часа

«Игра на уничтожение», «Один в поле воин», «Лабиринт», «Перехитри часовых», «Сними часовых», «Кратчайший путь», «Захват контрольного поля», «Защита контрольного поля».

Раздел 4. Цель шахматной партии (2 часа)

1) Теория: правила игры в шахматы – 2 часа

Шах. Шах ферзем, ладьей, слоном, конем, пешкой. Защита от шаха.

Мат. Мат ферзем, ладьей, слоном, пешкой. Мат в один ход.

Ничья. Пат. Отличие пата от мата. Варианты ничьей.

Рокировка. Длинная и короткая рокировка. Правила рокировки.

Практика: закрепление полученных знаний, выполнение упражнений: «Шах или не шах», «Объяви шах», «Пять шахов», «Защита от шаха», «Мат или не мат».

Раздел 5. Три стадии шахматной партии (3 часа)

1) Теория: три стадии шахматной партии 2 часа

Дебют, миттельшпиль, эндшпиль. Маты в дебюте.

2) Практика: выполнение упражнений 1 час

«Захвати центр», «Можно ли сделать рокировку?», «Чем бить фигуру?».

Раздел 6. Краткая и полная шахматная нотация (3 часа)

1) Теория: краткая и полная шахматная нотация - 2 часа

Запись шахматной партии. Запись начального положения.

2) Практика: выполнение дидактических игр и заданий - 1 час

«Назови вертикаль»; «Назови горизонталь»; «Назови диагональ», «Какого цвета поле?», «Кто быстрее», «Вижу цель».

Раздел 7. Игра с шахматными часами (3 часа)

1) Практика: игра с часами - 3 часа

Раздел 8. Мат легкими и тяжелыми фигурами (3 часа)

1) Практика: логические игры для развития памяти, внимания и мышления 3 часа

Раздел 9. Король против короля и пешки (3 часа)

1) Теория: изучение правил игры в шахматы – 1 час

Шах или мат. Мат или пат. Мат в один ход. Ограниченный король.

2) Практика: выполнение шахматных заданий 2 часа

Ферзь и ладья против короля. Король и ферзь против короля. Король и ладья против короля.

Раздел 10. Решение шахматных задач (4 часа)

1) Теория – 2 часа решение шахматных задач в 1 ход. Решение шахматных задач в 2 хода. Решение задач с помощью разбора партий чемпионов.

2) Практика – 2 часа выполнение упражнения «Два хода».

Раздел 11. Итоговое занятие (2 часа)

1) Практика 2 часа. повторение изученного материала в форме соревнований, турниров, конкурсов.

Планируемые результаты

Ученик должен **знать:**

- Знать правила передвижения фигур (король, ферзь, конь, слон, ладья) на доске;
- Знать стратегии игры и их применение;
- Понимать особенности разных типов стратегии (атакующая, оборонительная, позиционная);
- Использовать стратегии в своей игре;
- Знать особенности игры на разных стадиях игры;
- Знать особенности тактики и стратегии игры на начальной стадии игры (дебют, миттельшпиль);
- Знание о тактических приемах и их применении;
- Способность понимать и применять стратегии и тактики, использованные в партиях.

Ученик должен **уметь:**

- Уметь перемещать фигуры по правилам;
- Умение замечать ошибки соперника и использовать это в свою пользу;
- Желание играть самостоятельно и развиваться в шахматах;
- Правильно располагать фигуры на доске, перемещать их, использовать пешечные связи;
- Возможность находить и анализировать возможные варианты развития игры;
- Стремление анализировать свои игры и улучшать свою технику игры.

Личностные результаты:

1. Развитие логического мышления и аналитических способностей у учеников.
2. Улучшение концентрации и внимания у детей.
3. Развитие стратегического мышления и умения принимать решения.
4. Повышение самооценки и уверенности в своих способностях.
5. Развитие терпения и настойчивости в достижении целей.

Предметные результаты:

1. Освоение основных правил и терминов шахмат.
2. Умение проводить элементарные шахматные комбинации.
3. Развитие тактических навыков и понимание стратегии игры.
4. Умение планировать свои ходы и просчитывать возможные варианты.
5. Повышение уровня игровой культуры и уважение к сопернику.

Метапредметные результаты:

1. Развитие умения применять полученные знания и навыки в других областях жизни.
2. Умение работать в команде и уважать мнение других.

3. Развитие творческого мышления и способности находить нестандартные решения.
4. Повышение уровня самоорганизации и самоконтроля у учеников.
5. Развитие стремления к самосовершенствованию и достижению новых целей.

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Календарный учебный график

Количество учебных недель: 34

Количество учебных дней: 34

Сроки учебных периодов: 1 полугодие – 17

2 полугодие – 17

№ п/п	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1			Теоретическое занятие	1	Введение. Техника безопасности.	Кабинет 218	
2			Теоретическое занятие	1	Цель и задачи курса.	Кабинет 218	
3			Практическое занятие	1	Начальная позиция.	Кабинет 218	
4			Практическое занятие	1	Шахматная нотация. Знание полей.	Кабинет 218	
5			Практическое занятие	1	Король и ферзь, ходы и взятия.	Кабинет 218	
6			Теоретическое занятие	1	Ладья и слон, ходы и взятия.	Кабинет 218	
7			Практическое занятие	1	Ладья и слон, ходы и взятия.	Кабинет 218	Опрос
8			Теоретическое занятие	1	Конь ходы и взятие.	Кабинет 218	
9			Теоретическое занятие	1	Пешка ходы и взятие, виды пешек.	Кабинет 218	Опрос
10			Практическое занятие	1	Начало партии, тактика игры, обмен, стратегия.	Кабинет 218	
11			Практическое	1	Пешечное превращение и взятие на	Кабинет 218	

			занятие		проходе.		
12			Практическое занятие	1	Правильный размен фигур. Оценка позиции.	Кабинет 218	Тест
13			Практическое занятие	1	Рокировка.	Кабинет 218	
14			Практическое занятие	1	Патовые комбинации.	Кабинет 218	Контроль шахматных ситуаций
15			Практическое занятие	1	Три стадии шахматной партии.	Кабинет 218	
16			Практическое занятие	1	Знакомство и игра с шахматными часами.	Кабинет 218	
17			Практическое занятие	1	Жертва фигуры.	Кабинет 218	
18			Практическое занятие	1	Жертва фигуры.	Кабинет 218	
19			Практическое занятие	1	Мат в один ход.	Кабинет 218	
20			Практическое занятие	1	Логические игры.	Кабинет 218	
21			Практическое занятие	1	Связка.	Кабинет 218	
22			Практическое занятие	1	Вилка.	Кабинет 218	
23			Практическое занятие	1	Двойной удар.	Кабинет 218	
24			Практическое занятие	1	Мат Королем и Ферзем.	Кабинет 218	Решение задач
25			Практическое занятие	1	Мат Королем и Ладьей.	Кабинет 218	Решение задач
26			Практическое занятие	1	Сложные задачи на мат.	Кабинет 218	
27			Практическое	1	Король и не крайняя пешка против	Кабинет 218	Решение задач

			занятие		короля, оппозиция.		
28			Теоритическое занятие	1	Правило квадрата.	Кабинет 218	
29			Теоритическое занятие	1	Опасная диагональ.	Кабинет 218	
30			Теоритическое занятие	1	Виды детских матов и защита от них.	Кабинет 218	Решение задач
31			Практическое занятие	1	Двойной шах.	Кабинет 218	
32			Практическое занятие	1	Использование геометрических мотивов.	Кабинет 218	
33			Практическое занятие	1	Закрытые дебюты.	Кабинет 218	Решение задач
34			Практическое занятие	1	Итоговое занятие.	Кабинет 218	Шахматный турнир

Условия реализации программы

Для организации работы в секции созданы необходимые материально-технические условия:

- наличие помещения для учебных занятий, рассчитанного на 30 детей и отвечающего правилам СанПин;
- информационное обеспечение - комплектация научно-методической копилки специальной литературы по различным направлениям природоохранной, научной, воспитательной, здоровьесберегающей, досуговой деятельности детей;
- разработка системы диагностики результатов работы объединения, системы подведения итогов, рефлексии;
- формирование пакета диагностических методик;
- сеть интернет, выход на сайт учреждения;
- образовательные фильмы;
- интерактивные игры.

Методическое обеспечение программы:

Формы организации деятельности учащихся на занятии

- фронтальная (аудиторное занятие): работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, показ, объяснение и т.п.);
- групповая: организация работы (совместные действия, общение, взаимопомощь) в малых группах, в том числе в парах, для выполнения определенных задач; задание выполняется таким образом, чтобы был виден вклад каждого учащегося (группы могут выполнять одинаковые или разные задания, состав группы может меняться в зависимости от цели деятельности);
- работа в подгруппах: одна из подгрупп на аудиторном занятии осваивает новый учебный материал, либо занимается практической деятельностью; другая подгруппа (другие подгруппы) выполняют внеаудиторные (самостоятельные) задания;
- занятия с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Формы проведения занятий

Основная форма обучения – учебное занятие.

Дополнительными формами занятий являются:

- занятие-семинар;
- конференция;
- занятие-круглый стол;
- шахматные турниры.
- мастер-классы

Методы по способу организации занятий

1. Словесные методы обучения:

- беседа;
- объяснение;
- рассказ;
- описание;
- рассуждение;

2. Наглядные методы обучения:

- Демонстрация;
- показ образца;
- иллюстрация;

3. Практические методы обучения:

- наблюдение;
- опыт;

- упражнения;
- репродуктивные;
- объяснительно-иллюстративные;

Методы по уровню деятельности учащихся

• *Наблюдение* - это целенаправленное восприятие предметов и явлений с помощью органов чувств с целью формирования правильных представлений и понятий, умений и навыков.

• *Опыты* - самостоятельно выполняемая учащимися работа по изучению нового материала, требующая практических исследовательских умений и обращаться с различным оборудованием.

• *Практические методы учения* – это вид деятельности ученика, при котором происходит формирование и совершенствование практических умений и навыков в ходе выполнения практических заданий (письменные и устные упражнения, практические и лабораторные работы, некоторые виды самостоятельных работ).

• *Упражнения* - это планомерно организованное повторное выполнение каких-либо действий с целью их освоения или совершенствования.

• *Объяснительно-иллюстративные* отражают деятельность учителя и ученика, состоящую в том, что учитель сообщает готовую информацию разными путями, с использованием демонстраций, учащиеся воспринимают, осмысливают и запоминают ее. При необходимости воспроизводят полученные знания.

• *Репродуктивные* способствуют усвоению знаний (на основе заучивания), умений и навыков (через систему упражнений). При этом управленческая деятельность учителя состоит в подборе необходимых инструкций, алгоритмов и других заданий, обеспечивающих многократное воспроизведение знаний и умений по образцу.

• *Проблемное изложение*, рассчитанное на вовлечение ученика в познавательную деятельность, учитель ставит проблему, сам показывает пути ее решения, а учащиеся внимательно следят за ходом мысли учителя, размышляют, переживают вместе с ним и тем самым включаются в атмосферу научно-доказательного поискового решения;

• *Частично-поисковые, или эвристические методы*, используются для подготовки учащихся к самостоятельному решению познавательных проблем, для обучения их выполнению отдельных шагов решения и этапов исследования;

• *Исследовательские методы* - способы организации поисковой, творческой деятельности учащихся по решению новых для них познавательных проблем.

Эти методы наиболее полно решают задачи развития учащихся при обучении.

Материально-техническое обеспечение

- магнитная демонстрационная доска с магнитными фигурами - 1 штука;
- шахматные часы –;
- словарь шахматных терминов 10 шт;
- комплекты шахматных фигур с досками – 10штук;
- ноутбук 1 шт;
- проектор 1 шт;
- кабинет с типовой мебелью.

Формы промежуточной аттестации и итогового контроля

Оценка образовательных результатов, обучающихся по дополнительной общеразвивающей программе носит вариативный характер, так как программа направлена на формирование у обучающихся стремления к дальнейшему познанию себя, поиску новых возможностей для реализации собственного потенциала.

Предусматривает выполнение разбора партий, умение играть по всем турнирным профессиональным правилам, выполнение игровых логических заданий.

Педагогический контроль включает в себя педагогические методики. Комплекс методик направлен на определение уровня усвоения программного материала, степень сформированности умений осваивать новые виды деятельности, развитие коммуникативных способностей, рост личностного и социального развития обучающегося.

Применяемые методы педагогического контроля и наблюдения, позволяют контролировать и корректировать работу программы на всём протяжении ее реализации. Это даёт возможность отслеживать динамику роста знаний, умений и навыков, позволяет строить для каждого обучающегося его индивидуальный путь развития. На основе полученной информации педагог вносит соответствующие коррективы в учебный процесс.

Контроль используется для оценки степени достижения цели и решения поставленных задач. Контроль эффективности осуществляется при выполнении диагностических заданий и упражнений, с помощью тестов, фронтальных и индивидуальных опросов, наблюдений.

Оценочные материалы

- Оценка знаний, умений и навыков, приобретённых в процессе обучения, является основой при отслеживании результатов работы (Приложение 1)
- Выполнение тестов (Приложение 2)
- Выполнение тестов в интернет ресурсах
- Оценка применяемых навыков на групповых турнирах

В качестве методов диагностики личностных изменений детей используются наблюдение (основной метод), диагностическая беседа, метод рефлексии.

Все результаты заносятся в диагностическую карту.

Список литературы

Для педагога:

1. Абрамов С.П., Барский В.Л. Шахматы: первый год обучения. Методика проведения занятий. - М.: ООО "Дайв", 2015. - 256 с.
2. Авербах Ю. Шахматные окончания. - М.: Физкультура и спорт, 2020.
3. Барский В.Л. Карвин в шахматном лесу. Учебник шахмат для младших школьников в 2 кн. Кн.1. - М.: ООО "Дайв", 2014. - 96 с.
4. Блох М. Учебник шахматных комбинаций. - М.: Русский шахматный дом, 2019.
5. Губницкий С.Б., Хануков М.Г., Шедей С.А. Полный курс шахмат для новичков и не очень опытных игроков. - М.: ООО "Издательство АСТ"; Харьков: "Фолио", 2002. - 538 с.
6. Дорфеева А. Хочу учиться шахматам - М.: Russian Chess House, 2015.
7. Журавлев Н.И. Шаг за шагом – М.: ФиС, 2012.
8. Журавлёв Н.И. Шаг за шагом. М: Физкультура и спорт, 1986. - 288с.
9. Зак В.Г. Пути совершенствования – М.: ФиС, 2014.
10. Карпов А. Учись шахматам – М.: ЭГМОНТ Россия ЛТД, 2013.
11. Каспаров Г. Современный дебют. - М.: Рипол Классик, 2005.
12. Кентлер А. Шахматный букварь-раскраска.- М.: ФСРМПНТС, 2014.
13. Костенюк А. Как научить шахматам – М.: Russian Chess House, 2015.
14. Котов А. Жизнь и партии Михаила Таля. - М.: Физкультура и спорт, 2021.
15. Нимцович А. Моя система. - М.: Физкультура и спорт, 2019.

16. Сборник дидактического материала к поурочному планированию занятий по обучению игре в шахматы обучающихся старшего дошкольного и младшего школьного возраста. Авторы-составители: педагоги д/о Зайкин В.В., Зайкина В.Л. - Норильск, МБОУ ДОД "Центр внешкольной работы" района Талнах, 2010. - 57с.
17. Сухин И.Г. Удивительные приключения в шахматной стране – Ростов-на-Дону: «Феникс», 2014.

Для обучающихся и родителей:

1. Костров В.В. какую силу я играю? Гамбиты – СПб.: «Литера», 2011.
2. Костров В.В. какую силу я играю? Открытые дебюты – СПб.: «Литера», 2011.
3. Костров В.В. какую силу я играю? Полуоткрытые дебюты – СПб.: «Литера», 2011.
4. Хенкин В.Л. Последний шах: антология матовых комбинаций – М.: ФиС, 2010.
5. Костров В.В. какую силу я играю? Гамбиты – СПб.: «Литера», 2011.
6. Костров В.В. какую силу я играю? Открытые дебюты – СПб.: «Литера», 2011.
7. Костров В.В. какую силу я играю? Полуоткрытые дебюты – СПб.: «Литера», 2011.
8. Костьев А.Н. Учителю о шахматах – М.: «Просвещение», 2013.
9. Нейштадт Я. По следам дебютных катастроф – М.: ФиС, 2013.
10. Нимцович А. Моя система – М.: ФиС, 2010.
11. Панов В. Курс дебютов – М.: ФиС, 2016.
12. Пожарский В.А. Шахматный учебник – М.: изд. МЭИ, 2016.
13. Попова М. 30 уроков шахматной тактики / М.Попова,
14. В.Манаенков. – Тула: 2012.
15. Сухин И.Г. Удивительные приключения в шахматной стране – Ростов-на-Дону: «Феникс», 2014.

Интернет источники:

1. [Шахматный клуб](#)
2. [Шахматные задачи](#)
3. [Шахматы онлайн](#)

Приложение 1

Оценка знаний, умений и навыков, приобретённых в процессе обучения, является основой при отслеживании результатов работы

№	Виды контроля	Контролируемые знания, умения, навыки	Форма контроля
1	Предварительный контроль	Шахматная доска, шахматные фигуры, их ходы, шахматная нотация, элементы шахматной партии.	Индивидуально, в ходе шахматного турнира.
2	Текущий контроль	Элементы шахматной партии, правила поведения во время турнира.	Индивидуально, в ходе шахматного турнира.
3	Промежуточная аттестация	Элементы шахматной партии, правила поведения во время турнира.	Индивидуально, в ходе шахматного турнира.
4	Итоговая аттестация	Основы шахматной тактики, участие в турнире, использование шахматной литературы.	Индивидуально, в ходе шахматного турнира.

Тест по шахматам для первого года обучения

Вопрос 1

Какое из следующих утверждений верно для хода пешки?

- a) Пешка может ходить на две клетки вперед с любого места.
- b) Пешка ходит только по диагонали.
- c) Пешка может бить фигуру только по диагонали.
- d) Пешка может ходить назад.

Вопрос 2

Как называется положение, при котором король подвергается непосредственной атаке?

- a) Мат
- b) Шах
- c) Рокировка
- d) Пат

Вопрос 3

Какая фигура ходит только по прямой линии, но не по диагонали?

- a) Ладья
- b) Конь
- c) Слон
- d) Ферзь

Вопрос 4

Сколько клеток на шахматной доске?

- a) 32
- b) 64
- c) 128
- d) 100

Вопрос 5

Какая фигура может перепрыгивать через другие фигуры?

- a) Ладья
- b) Слон
- c) Конь
- d) Пешка

Вопрос 6

Какой цвет клеток находится в левом нижнем углу шахматной доски при правильной установке?

- a) Белый
- b) Черный
- c) Не имеет значения

d) Красный

Вопрос 7

Какая фигура может двигаться как по прямой, так и по диагонали?

- a) Слон
- b) Ладья
- c) Конь
- d) Ферзь

Вопрос 8

Как называется движение, когда пешка достигает последней горизонтали и превращается в другую фигуру?

- a) Рокировка
- b) Взятие на проходе
- c) Превращение
- d) Шах

Вопрос 9

Что из перечисленного является первым официальным шахматным чемпионатом мира?

- a) 1886
- b) 1927
- c) 1972
- d) 1990

Вопрос 10

Как называется тактика, при которой одна фигура жертвуется для получения стратегического преимущества?

- a) Блиц
- b) Гамбит
- c) Ферзевый гамбит
- d) Андерсоновский гамбит

Вопрос 11

Как называется ситуация, когда у игрока нет легальных ходов и его король не находится под шахом?

- a) Мат
- b) Шах
- c) Рокировка
- d) Пат

Вопрос 12

Сколько фигур у каждого игрока в начале партии (включая короля и пешки)?

- a) 16
- b) 14

- c) 18
- d) 20

Вопрос 13

Какой фигуры не существует в шахматах?

- a) Конь
- b) Ладья
- c) Дракон
- d) Слон

Вопрос 14

Какая фигура ходит только по диагонали?

- a) Ладья
- b) Конь
- c) Ферзь
- d) Слон

Вопрос 15

Как называется правило, позволяющее пешке ходить через клетку, находящуюся под угрозой взятия?

- a) Взятие на проходе
- b) Превращение
- c) Рокировка
- d) Шах

Вопрос 16

Какие фигуры участвуют в рокировке?

- a) Король и конь
- b) Король и ладья
- c) Король и ферзь
- d) Король и пешка

Вопрос 17

Какое количество пешек у каждого игрока в начале партии?

- a) 6
- b) 8
- c) 7
- d) 9

Вопрос 18

Какая фигура ходит буквой "Г"?

- a) Конь
- b) Ладья
- c) Слон
- d) Король

Вопрос 19

Как называется тактика, когда одна фигура закрывает линию атаки другой фигуры?

- a) Пат
- b) Рокировка
- c) Блокировка
- d) Вилка

Вопрос 20

Что означает термин "вилка" в шахматах?

- a) Одновременная угроза двум фигурам
- b) Превращение пешки
- c) Ход королем
- d) Ничья

Вопрос 21

Как называется ситуация, когда одна из сторон отказывается от дальнейшей игры, признавая поражение?

- a) Пат
- b) Мат
- c) Рокировка
- d) Сдача

Вопрос 22

Что из перечисленного не является шахматной стратегией?

- a) Захват центра
- b) Контратака
- c) Блиц-атака
- d) Доминирование

Вопрос 23

Какая фигура наиболее сильная в шахматах?

- a) Слон
- b) Ладья
- c) Конь
- d) Ферзь

Вопрос 24

Какое минимальное количество ходов требуется, чтобы поставить мат сопернику?

- a) 2
- b) 3
- c) 4
- d) 5

Вопрос 25

Какой термин используется для описания защиты короля?

- a) Пат
- b) Шах
- c) Рокировка
- d) Фланг

Вопрос 26

Какой цвет фигур начинает игру?

- a) Черные
- b) Белые
- c) Это выбирается случайным образом
- d) Не имеет значения

Вопрос 27

Что происходит, если король не может сделать ход и не находится под шахом?

- a) Мат
- b) Шах
- c) Пат
- d) Ничья

Вопрос 28

Какое количество ладей у каждого игрока в начале игры?

- a) 1
- b) 2
- c) 3
- d) 4

Вопрос 29

Какая фигура ходит и атакует только по прямой линии?

- a) Конь
- b) Ладья
- c) Слон
- d) Король

Вопрос 30

Какой из следующих ходов запрещен в шахматах?

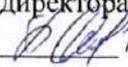
- a) Пешка превращается в ферзя
- b) Ладья перемещается по диагонали
- c) Король рокируется
- d) Конь ходит буквой "Г"

Таблица результатов диагностики

Правильных ответов	Оценка	Применчение
0-10	Начальный уровень	Нужно больше практики и теории. Пройдите основы шахмат ещё раз.
11-20	Базовый уровень	Неплохой старт, но нужно подтянуть знания. Изучите дополнительные материалы.
21-25	Средний уровень	Хорошие знания! Немного практики, и вы будете на высоте.
26-30	Продвинутый уровень	Отличные знания! Вы уже очень хорошо разбираетесь в шахматах.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 25

РАССМОТРЕНО
на заседании МО
протокол № 8
руководитель МО
 /К.В. Баранцев
от «26» октября 2023г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель
директора по ВВВР
 А.С.Позднякова
«26» 04 2023г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ №25
 Е.В. Маркова

«26» 04 2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно - спортивной направленности
«Баскетбол»
на 2023 – 2024 учебный год

Возраст обучающихся: 11-15 лет

Срок реализации программы: 1 год

Количество часов: 68 часов

Разработчик программы: Баранцев К.В.,
педагог дополнительного образования

г. Сургут
2023 г.

Аннотация.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» относится к физкультурно-спортивной направленности, предназначена для обучающихся 11-15 лет. Программа рассчитана на 1 год обучения (68 часов), 2 часа в неделю.

На занятиях ребята осваивают правила игры в баскетбол, тактику и стратегию ведения игры, узнают правила игры в баскетбол и играют тренировочные товарищеские встречи между собой. Затем они участвуют в различных соревнованиях, выполняют спортивные разряды по баскетболу, становятся чемпионами и призёрами своей школы, клуба, района и выезжают на областные и общероссийские соревнования.

ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Наименование образовательной организации: Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя школа № 25

Название программы	Баскетбол
Направленность программы	Физкультурно-спортивная
Ф.И.О. педагога, реализующего дополнительную общеобразовательную программу	Баранцев Кирилл Викторович
Год разработки	2023
Где, когда и кем утверждена дополнительная общеобразовательная программа	Протокол заседания МО № 8 от 26 апреля 2023
Уровень программы	Базовый
Информация о наличии рецензии	нет
Цель	Формирование базовых элементов баскетбола у занимающихся, через формирования спортивной культуры, культуры здоровья, воспитание интереса детей к спорту и приобщение их к баскетболу.
Задачи	Задачи: <u>Образовательные:</u> - овладеть приемами техники игры в баскетбол на уровне умений и навыков; - овладеть индивидуальными и групповыми

	<p>тактическими действиями, правилами игры;</p> <ul style="list-style-type: none"> - овладеть основами тактики командных действий; - подготовить к выполнению нормативных требований. <p><u>Развивающие:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать специальные способности (гибкость, быстроту, ловкость) средствами баскетбола для успешного овладения навыками игры; - привить навыки самоорганизации, волевые качества. <p><u>Воспитательные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - привить стойкий интерес к занятиям баскетболом, приучить к игровой обстановке; - привить навыки соревновательной деятельности в соответствии с правилами баскетбола; - формировать спортивную культуру и культуру здоровья и т.д.
	<p>Ученик будет <u>знать</u>:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные линии на площадке; - основные правила игры в баскетбол; - гигиенические требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями; - способы подсчета пульса; - способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять передачу мяча одной рукой снизу, передачу мяча одной рукой сбоку; - выполнять приемы обыгрывания защитника: вышагивание, скрестный шаг, поворот, перевод мяча перед собой; - выполнять броски одной и двумя руками в прыжке, броски мяча после двух шагов и в прыжке с близкого расстояния и среднего, броски мяча в корзину со средних и дальних

	<p>дистанций одной и двумя руками от головы, штрафной бросок одной и двумя руками от головы;</p> <ul style="list-style-type: none"> - владеть приемами вырывания и выбивания, перехвата, накрывание; - применять в игре командное нападение. <p>Учащиеся будут уметь демонстрировать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - броски по кольцу с расстояния 1 м; - броски со средних и дальних дистанций; - броски по кольцу после ведения; - передачи мяча в парах; - передачи мяча в движении; - обводка стоек; - передача и ловля мяча от стены за 30 сек; - штрафной бросок.
Срок реализации программы	1 год
Количество часов в неделю / год	68 часов
Возраст обучающихся	11-15 лет
Формы занятий	<p><i><u>Форма организации детей на занятии:</u></i> Групповая с организацией индивидуально-дифференцированных форм работы внутри группы, подгрупповая, теоретические занятия, беседы, инструкторская и судейская практика.</p> <p><i><u>Форма проведения занятий:</u></i> практическая, комбинированная, соревновательная.</p> <p><i><u>Форма и способы фиксации результатов:</u></i></p> <ul style="list-style-type: none"> - дневник достижений, учащихся; - портфолио учащихся.
Условия реализации программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.)	спортивный зал, баскетбольные, набивные мячи, баскетбольные кольца,

Пояснительная записка

Актуальность. В настоящее время баскетбол, как вид спорта получил широкое распространение в России и мире. Массовое привлечение детей к занятиям баскетболом позволило России добиться успехов на международной арене.

Тем не менее, проблемы подготовки спортивных резервов по баскетболу существуют. Речь идет в первую очередь о повышении класса массового баскетбола в обычных общеобразовательных и спортивных школах, так как именно в этой среде рождаются таланты, воспитывается резерв сборных команд страны. Кроме того, спортивные игры, в том числе баскетбол, являются отличным средством поддержания и укрепления здоровья, развития физических и психических качеств ребенка.

Усложненные условия деятельности и эмоциональный подъем позволяют легче мобилизовать резервы двигательного аппарата. Большое значение при этом имеет влияние, которое оказывают занятия баскетболом на рост и развитие мозга подростка. Разнообразное воздействие во время игры стимулирует созревание нервных клеток и взаимосвязей между ними, способствует проявлению наследственных возможностей нервной системы.

В баскетболе постоянно изменяется игровая ситуация. Действовать приходится в зависимости от ситуации, а не по определенным программам. Основной формой деятельности мозга в этих условиях является не отработка стандартных навыков, а творческая деятельность – мгновенная оценка ситуации, решение тактических задач, выбор ответных действий. Обучение сложной технике игры основывается на приобретении на начальном этапе простейших умений обращения с мячом.

Специально подобранные игровые упражнения создают неограниченные возможности для развития координационных способностей: ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования, воспроизведение и оценивание пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации.

В рамках дополнительной общеразвивающей программы физкультурно – спортивной направленности «Баскетбол» осуществляется физкультурно - оздоровительная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники выбранного вида спорта-баскетбола, выбор спортивной специализации и выполнение контрольных нормативов.

На основании основополагающих принципов (системности, преемственности и вариативности) построения спортивной тренировки и анализа ранее изданных программ по баскетболу определены следующие разделы «Программы»: пояснительная записка; система контроля и зачетные требования; отличительные особенности данной программы; формы обучения и виды занятий; цель образовательной программы; учебно-тематический план; планируемые результаты; календарный учебный план.

Баскетбол формирует такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять личные интересы коллектива, класса, команды, взаимопомощь, чувство долга.

Польза от занятий баскетболом огромна – вовлечение учащихся в регулярные занятия баскетболом должно всемерно поощряться, это не погоня за медалями и рекордами, - это здоровье миллионов, это готовность к труду, это подготовка к военной службе.

Возраст обучающихся: 11-15 лет

Срок реализации программы: 1 год

Количество часов: 68 часов

Нормативное правовое обеспечение сферы дополнительного образования

Федеральный уровень:

- Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями).
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года».
- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей» (с изменениями).
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказ Министерства просвещения РФ от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».
- Письмо Министерства просвещения РФ от 07.05.2020 № ВБ-976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий».

Региональный уровень:

- Закон ХМАО – Югры от 01.07.2013 № 68 «Об образовании в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре» (с изменениями).
- Закон ХМАО – Югры № 104-оз от 16.10.2006 «О государственном общественном управлении в сфере дополнительного образования детей, общего и профессионального образования Ханты-Мансийского автономного округа – Югры».
- Приказ Департамента образования и науки Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, Департамента культуры Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, Департамент физической культуры и спорта Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 27.12.2022 № 3081/302/01-09/490 «Об утверждении Плана мероприятий («дорожная карта») по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
- Приказ Департамента образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа – Югры 04.08.2016 № 1224 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре» (с изменениями).
- Приказ Департамента образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 30.10.2020 № 10-П-1589 «Об обеспечении персонифицированного учета детей, занимающихся по дополнительным общеобразовательным программам в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре».

Муниципальный уровень:

- Постановление Администрации г. Сургута от 13.12.2013 № 8993 «Об утверждении муниципальной программы «Развитие образования города Сургута на период до 2030 года» (с изменениями и дополнениями).
- Постановление Администрации г. Сургута от 08.11.2016 № 8249 «Об утверждении программы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в городе Сургуте на 2021 – 2025 годы» (с изменениями).
- Постановление Администрации г. Сургута от 08.10.2021 «Об утверждении положения о персонифицированном дополнительном образовании детей в муниципальном образовании городской округ Сургут Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, об организации предоставления сертификатов

дополнительного образования».

- Распоряжение Администрации города от 15.10.2018 № 1831 «О внесении изменений в распоряжение Администрации города от 09.06.2016 № 1012 «Об утверждении перечня муниципальных общеобразовательных учреждений, имеющих структурное подразделение без образования юридического лица в виде центра дополнительного образования детей» (с изменениями).
- Приказ департамента образования Администрации города от 19.04.2019 № 12-03-260/9 «Об утверждении плана мероприятий (дорожной карты) по расширению вариативности и повышению качества реализации дополнительных общеобразовательных программ, в том числе адаптированных, в образовательных организациях, подведомственных департаменту образования Администрации города».
- Приказ департамента образования Администрации города от 09.09.2022 №12-03-715/2 «Об утверждении плана мероприятий опорного центра по дополнительным общеобразовательным программам естественнонаучной и технической направленностей на базе муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования «Технополис».
- Приказ департамента образования Администрации города № 12-03-78/3, департамента культуры и молодёжной политики Администрации культуры № 09.02.2023, управления физической культуры и спорта Администрации культуры № 03.03.15/3 от 09.02.2023 «Об утверждении плана мероприятий («дорожная карта») по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этапа (2022-2024), показателей эффективности её реализации в муниципальном образовании городской округ Сургут».
- Приказ департамента образования Администрации города 12-03-669/3, комитета культуры Администрации города 04-03-50/2, управления физической культуры и спорта № 03-03-61/2 от 22.08.2022 «О внедрении механизма зачета общеобразовательными организациями образовательных результатов, полученных учащимися в ходе освоения дополнительных общеобразовательных программ (предпрофессиональных программ и программ спортивной подготовки) на 2022-2024 годы».
- Приказ департамента образования Администрации города № 12-03-148/3, департамента культуры и молодёжной политики Администрации культуры № 45-03-21/3, управления физической культуры и спорта Администрации культуры № 03-03-24/3 от 15.03.2023 «Об апробации технологии зачета результатов освоения обучающимися дополнительных общеобразовательных программ и программ спортивной подготовки при освоении основных общеобразовательных

программ».

Программа составлена в соответствии авторскими материалами В.Г. Луничкина - профессора, заслуженного тренера СССР и России, С.В. Чернова – канд. пед.наук, доцента, заслуженного тренера России, Ю.М. Портнова- академика РАО, д-р пед. Наук, профессора, заслуженного деятеля науки РФ, М.И. Духовного – заслуженного работника физической культуры, заслуженного тренера России, В.Г Башикировой – заслуженного тренера России.

Направленность дополнительной общеобразовательной программы – физкультурно-спортивная.

Отличительные особенности данной программы от уже существующей в этой области заключаются в том, что она предназначена для обучающихся, которые должны освоить программу за 68 часов. Программа ориентирована на применение широкого комплекса форм и методов проведения занятий. Программа рассчитана на 34 недели обучения. В структуру программы входят три блока: теория, практика и контрольные испытания. Учебный материал распределён с учётом специфики вида спорта.

Адресат программы - Дополнительная общеобразовательная программа «Баскетбол» предназначена для обучающихся в возрасте от 11 до 15 лет (5-8 класс). Набор на обучение по программе производится по заявлению обучающихся при наличии документа, подтверждающего отсутствие противопоказаний для занятий физкультурой и спортом. Предельная наполняемость учебной группы составляет 25 человек. Группы рассчитаны как на мальчиков так и на девочек.

Срок освоения программы- 1 год.

Объем программы –68 часов за один учебный год, по 2 часа в неделю.

Формы обучения и виды занятий:

основными формами определяются тренером-преподавателем самостоятельно в зависимости от особенностей материала, от возрастных особенностей организма, занимающихся и др. Можно выделить три основные группы форм занятий:

- по количеству занимающихся, участвующих в занятии целесообразно применять групповую форму работы;
- по особенностям коммуникативного взаимодействия тренера-преподавателя и детей основными формами учебно-тренировочной работы в школе являются: групповые занятия; теоретические занятия (в форме бесед, лекций, просмотра и анализа учебных кинофильмов, CD дисков, просмотра записи соревнований);
- занятия в условиях спортивно-оздоровительного лагеря, медико-восстановительные мероприятия; культурно-массовые мероприятия, участие в конкурсах и смотрах.

Вид образовательной деятельности – физкультурно-спортивная.

Срок освоения программы – 1 год.

Цель образовательной программы

Цель: Формирование базовых элементов баскетбола у занимающихся, через формирования спортивной культуры, культуры здоровья, воспитание интереса детей к спорту и приобщение их к баскетболу.

Задачи:

Образовательные:

- овладеть приемами техники игры в баскетбол на уровне умений и навыков;
- овладеть индивидуальными и групповыми тактическими действиями, правилами игры;
- овладеть основами тактики командных действий;
- подготовить к выполнению нормативных требований.

Развивающие:

- развивать специальные способности (гибкость, быстроту, ловкость) средствами баскетбола для успешного овладения навыками игры;
- привить навыки самоорганизации, волевые качеств.

Воспитательные:

- привить стойкий интерес к занятиям баскетболом, приучить к игровой обстановке;
- привить навыки соревновательной деятельности в соответствии с правилами баскетбола;
- формировать спортивную культуру и культуру здоровья и т.д.

Отличительные особенности данной программы:

Программа рассчитана на более полное изучение, закрепление, совершенствование полученных школьных навыков и расширенное освоение (в отличие от школьного курса) более глубоких приемов баскетбола в течение года по следующим разделам:

- общие основы баскетбола;
- изучение и обучение основам техники баскетбола;
- изучение и обучение основам тактики индивидуальных и командных действий в игре;
- основы развития двигательных способностей средствами баскетбола.

**Информационная справка об особенностях реализации УТП
в 2023/2024 учебном году**

Общий срок реализации исходной программы (количество лет)	1 год
Возраст занимающихся	11-15
Количество занимающихся в группе в текущем учебном году	25
Количество часов в неделю	2 часа
Общее количество часов в год	68 часов

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Наименование разделов и тем	Общее количество часов	Теория	Практика
1	Теоретическая подготовка	3	3	0
1.1	История развития баскетбола	1	1	0
1.2	Гигиена баскетболиста	1	1	0
1.3	Техника безопасности	1	1	
2	Техническая подготовка	14	2	12
2.1	Специальные технические приемы	12	1	11
2.2	Терминология и судейские жесты	2	1	1
3	Общая физическая подготовка	11	1	10
4	Специальная физическая подготовка	38		38
5	Контрольно- переводные нормативы	2		2

	Итого	68	6	62
--	--------------	-----------	----------	-----------

Содержание данной программы рассчитано на систему двухразовых занятий в неделю продолжительностью 40 минут, а также структурировано по видам спортивной подготовки: теоретической, физической, технической и тактической.

Особое внимание на занятиях необходимо уделять развитию таких физических качеств, как прыгучесть, быстрота, выносливость, координация, при этом чередуя напряжение с расслаблением мышц, делая паузы для отдыха, обращая особое внимание на дыхание занимающихся (глубокое, ритмичное, без задержки). На занятиях целесообразно применять соревновательный метод (эстафеты, подвижные игры), технические приемы изучать в сочетании с выработкой тактических умений.

Данная программа содержит материал теоретических и практических занятий.

1. Теоретическая подготовка (3 часа):

Включает вопросы истории и современного состояния баскетбола, правил соревнований по баскетболу, техники безопасности, а также вопросы, связанные с гигиеническими требованиями. Теоретические занятия проводятся в форме 15-ти минутных бесед в процессе практических занятий, а также в форме отдельного занятия.

Практические занятия должны быть разнообразными и эмоциональными. Содержание видов спортивной подготовки определено исходя из содержания примерной федеральной программы (Матвеев А.П., 2005). При этом большое внимание уделяется упражнениям специальной физической подготовки баскетболиста и тактико-техническим действиям баскетболиста. Физическая подготовка дифференцирована на упражнения общей и специальной подготовки.

1.1 История развития баскетбола (1 часа):

Баскетбол – одна из интереснейших спортивных игр. Родиной баскетбола является Америка. В 1891 году эту игру изобрел преподаватель физического воспитания спрингфилдской тренировочной школы в штате Массачусетс Джеймс Нейсмит.

С 1936 года баскетбол включен в программу олимпийских игр. Сборная мужская команда нашей страны стала олимпийским чемпионом в 1972г., а женская сборная дважды – в 1976 и 1980 гг. завоевывала олимпийские медали.

Интерес к баскетболу с каждым годом растет, поэтому по массовости и популярности он опережает многие виды спорта. У баскетбола есть ещё одно ценное качество – он универсален. Так, систематические занятия баскетболом оказывают на организм школьников всестороннее развитие, повышают общий уровень двигательной активности, совершенствуют функциональную деятельность организма, обеспечивая правильное физическое развитие. Урок баскетбола в школе рассматривается нами как средство не только физической подготовки, освоения технической и тактической

стороной игры, но и повышения умственной работоспособности, снятия утомления учащихся, возникающего в ходе занятий по общеобразовательным дисциплинам.

1.2 Гигиена баскетболиста (1 часа):

Понятие о гигиене и санитарии. Общие представления об основных системах энергообеспечения человека. Дыхание. Значение дыхания для жизнедеятельности организма. Понятие о рациональном питании. Значение витаминов и минеральных солей. Режим питания. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Правильный режим дня для спортсмена. Вредные привычки - курение, употребление спиртных напитков. Профилактика вредных привычек.

2. Техническая подготовка (14 часов):

Включает упражнения без мяча и с мячом. В состав упражнений с мячом входят передача, прием, ведение и броски по кольцу. Тактические действия включают действия (индивидуальные и командные) игрока в нападении и защите.

Кроме того, в программе представлены контрольные тесты для занимающихся по физической и технической подготовленности, а также методическое обеспечение и литература. Учитель, исходя из целей, условий, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся, потребностей работы секции, может изменять продолжительность занятия и распределение времени. Тестирование уровня технической подготовленности проводится по контрольным упражнениям, представленным в методическом пособии В.Т. Чичикина, П.В.Игнатьева «Проектирование учебного процесса по физической культуре в общеобразовательном учреждении» (НГЦ, Н. Новгород, 2005). Тестирование уровня физической подготовленности занимающихся проводится по региональным тестам в начале и в конце учебного года с их последующим анализом и представлением, занимающимся. Содержательное обеспечение разделов программы.

3. Общая физическая подготовка (11 часов):

Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения. Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие.

Силовые упражнения: упражнения с отягощением для рук и для ног. Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза. Упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Упражнения на гимнастических снарядах. Акробатические упражнения: перекаты, кувырки, стойки. Спортивные игры: баскетбол, футбол. Подвижные игры и эстафеты.

4. Специальная физическая подготовка (38 часов):

Развитие прыгучести средствами баскетбола. Упражнения с набивными и теннисными мячами, развитие быстроты реакции, наблюдательности, координации.

Смена игровых действий и перемещений по сигналу тренера.

Игры и эстафеты с препятствиями. Контрольные игры и судейская практика. Соревнования между группами. Судейство во время товарищеских игр: ведение протокола, выполнение обязанностей первого и второго судей, судей на линии. Соревнования. Участие в соревнованиях различного уровня. Судейство во время игры.

Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь			Теоретическое занятие	1	Техника безопасности при занятиях баскетболом	Кабинет	
2				Теоретическое занятие	1	Гигиенические требования к занимающимся	Кабинет	
3				Теоретическое занятие	1	Правила по баскетболу	Кабинет	
4				Практическое занятие	1	Ведение мяча на месте	Спортивный зал	
5				Практическое занятие	1	Ведение мяча с низким отскоком	Спортивный зал	
6				Практическое занятие	1	Ведение мяча с высоким отскоком	Спортивный зал	
7				Практическое занятие	1	Развитие выносливости	Спортивный зал	
8				Практическое занятие	1	Нормативы. Входной контроль	Спортивный зал	Сдача нормативов
9				Практическое занятие	1	Передача и ловля мяча двумя руками от груди	Спортивный зал	
10					Практическое занятие	1	Передача мяча двумя руками от груди с отскоком	Спортивный зал

11	Октябрь		Практическое занятие	1	Ведение мяча по дуге	Спортивный зал	
12			Практическое занятие	1	Ведение мяча по кругам	Спортивный зал	
13			Практическое занятие	1	Остановка прыжком	Спортивный зал	
14			Практическое занятие	1	Стойка и перемещение баскетболиста	Спортивный зал	
15			Практическое занятие	1	Броски в корзину	Спортивный зал	
16			Практическое занятие	1	Броски в корзину	Спортивный зал	
17			Практическое занятие	1	Ведение два шага бросок	Спортивный зал	
18			Практическое занятие	1	Развитие координационных способностей	Спортивный зал	
19			Практическое занятие	1	Передачи мяча	Спортивный зал	
20		Практическое занятие	1	Нормативы. Промежуточный контроль	Спортивный зал	Сдача нормативов	
21		Практическое занятие	1	Состояние и развитие баскетбола в России	Спортивный зал		
22		Практическое занятие	1	Выход для получения мяча	Спортивный зал		

23	Ноябрь		Практическое занятие	1	«Передай мяч и выходи»	Спортивный зал	
24			Практическое занятие	1	Развитие скоростно-силовых способностей	Спортивный зал	
25			Практическое занятие	1	Броски со средней дистанции	Спортивный зал	
26			Практическое занятие	1	Развитие выносливости	Спортивный зал	Сдача нормативов
27			Теоретическое занятие	1	Ведение змейкой	Спортивный зал	
28			Практическое занятие	1	Ведение зигзагом	Спортивный зал	
29			Практическое занятие	1	Обводка соперника	Спортивный зал	
30			Практическое занятие	1	Ведение мяча с низким отскоком	Спортивный зал	
31			Практическое занятие	1	Ведение мяча	Спортивный зал	
32			Практическое занятие	1	Совершенствование навыков ведения	Спортивный зал	
33		Практическое занятие	1	Закрепление навыков ведения	Спортивный зал		
34		Практическое занятие	1	Ведение мяча на месте	Спортивный зал		

35	Декабрь		Практическое занятие	1	Ведение мяча с низким отскоком	Спортивный зал	
36			Практическое занятие	1	Ведение мяча с высоким отскоком	Спортивный зал	
37	Январь		Практическое занятие	1	Развитие выносливости	Спортивный зал	
38			Практическое занятие	1	Нормативы	Спортивный зал	Сдача нормативов
39			Практическое занятие	1	Передача и ловля мяча двумя руками от груди	Спортивный зал	
40			Практическое занятие	1	Передача мяча двумя руками от груди с отскоком	Спортивный зал	
41			Практическое занятие	1	Развитие быстроты	Спортивный зал	
42			Практическое занятие	1	Игра в баскетбол	Спортивный зал	Показ своих игровых навыков
43			Практическое занятие	1	Передача мяча одной рукой от плеча	Спортивный зал	
44		Практическое занятие	1	Передача мяча одной рукой от плеча с отскоком	Спортивный зал		
45		Практическое занятие	1	Ведение мяча по прямой	Спортивный зал		
46		Практическое занятие	1	Ведение мяча по дуге	Спортивный зал		

47	Февраль		Практическое занятие	1	Ведение мяча по кругам	Спортивный зал	
48			Практическое занятие	1	Развитие силы	Спортивный зал	
49			Практическое занятие	1	Остановка прыжком	Спортивный зал	
50			Практическое занятие	1	Стойка и перемещение баскетболиста	Спортивный зал	
51	Март		Практическое занятие	1	Броски в корзину двумя руками от груди	Спортивный зал	
52			Практическое занятие	1	Броски в корзину двумя руками от груди	Спортивный зал	
53			Практическое занятие	1	Ведение два шага бросок	Спортивный зал	
54			Практическое занятие	1	Ведение зигзагом	Спортивный зал	
55			Практическое занятие	1	Обводка соперника	Спортивный зал	
56			Практическое занятие	1	Передача мяча в парах в движении	Спортивный зал	
57			Практическое занятие	1	Передача мяча двумя руками в прыжке	Спортивный зал	
58			Практическое занятие	1	Развитие быстроты	Спортивный зал	

59			Практическое занятие	1	Наведение	Спортивный зал	
60	Апрель		Практическое занятие	1	Тройка	Спортивный зал	
61			Практическое занятие	1	Малая восьмерка	Спортивный зал	
62			Практическое занятие	1	Система личной защиты	Спортивный зал	
63			Практическое занятие	1	Система зонной защиты	Спортивный зал	
64			Практическое занятие	1	Развитие выносливости	Спортивный зал	
65			Практическое занятие	1	Развитие силы	Спортивный зал	
66			Практическое занятие	1	Контрольная игра	Спортивный зал	Показ своих игровых навыков
67			Практическое занятие	1	Контрольные испытания	Спортивный зал	Сдача нормативов
68			Практическое занятие	1	Игра в баскетбол	Спортивный зал	Показ своих игровых навыков

Планируемые результаты

обучающийся будет **знать**:

- основные линии на площадке;
- основные правила игры в баскетбол;
- гигиенические требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями;
- способы подсчета пульса;
- способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями.

уметь:

- выполнять передачу мяча одной рукой снизу, передачу мяча одной рукой сбоку;
- выполнять приемы обыгрывания защитника: вышагивание, скрестный шаг, поворот, перевод мяча перед собой;
- выполнять броски одной и двумя руками в прыжке, броски мяча после двух шагов и в прыжке с близкого расстояния и среднего, броски мяча в корзину со средних и дальних дистанций одной и двумя руками от головы, штрафной бросок одной и двумя руками от головы;
- владеть приемами вырывания и выбивания, перехвата, накрывание;
- применять в игре командное нападение.

будет уметь демонстрировать:

- броски по кольцу с расстояния 1 м;
- броски со средних и дальних дистанций;
- броски по кольцу после ведения;
- передачи мяча в парах;
- передачи мяча в движении;
- обводка стоек;
- передача и ловля мяча от стены за 30 сек;
- штрафной бросок.

5. Нормативные требования по физической подготовке

№	ТЕСТЫ
1	Бег 30 м с высокого старта (с)
2	Высота подскока с места по Абалакову (см)
3	Метание набивного мяча (1 кг) из 3 исходного положения сидя у стены (см)
4	40-секундный бег по баскетбольной площадке от лицевой линии (м)
5	Бег 20 м "восьмеркой" (на площадке 6 находятся три стойки, первая на расстоянии 3 м, вторая - 6 м, (с)
6	Ведение мяча 20 м "восьмеркой" (при 7 обводке стойки мяч ведется "дальней" рукой от нее) (с)
7	Передача мяча одной рукой за 30 с на расстоянии 1,5 м (кол-во раз)
8	Демонстрация техники бросков с ближних дистанций одной рукой

	(правой, левой) с места
9	Демонстрация техники бросков со средних дистанций.
10	Демонстрация техники бросков мяча в движении с правой и левой22 стороны от щита

Результаты нормативов

Возраст Тесты	Уровень оценки, балл	11-12 лет мальчики	13-15 лет мальчики
Бег 30 метров (с)	5	5,1	4,7
	4	5,5	5,1
	3	5,7	5,3
	2	6	5,6
	1	6,3	5,9
Высота подскока с места по Абалакову (см)	5	48 и больше	60 и больше
	4	42-47	53-59
	3	37-42	46-52
	2	31-35	39-45
	1	30 и меньше	38 и меньше
Метание набивного мяча (1 кг) из 3 исходного положения сидя у стены (см)	5	430	465
	4	350	415
	3	305	390
	2	250	350
	1	200	305
40-секундный бег по баскетбольно й площадке от лицевой линии (м)	5	170	250
	4	160	220
	3	140	200
	2	120	170
	1	100	150
Бег 20 м "восьмеркой" (на площадке 6 находятся три стойки, первая на расстоянии 3 м, вторая - 6 м, (с)	5	5,8	5,4
	4	6	5,7
	3	6,3	6
	2	6,6	6,3
	1	6,9	6,6
Ведение мяча 20 м "восьмеркой" (при 7	5	7,8	7,6
	4	7,5	7,3

обводке стойки мяч ведется "дальней" рукой от нее) (с)	3	7,2	7
	2	8,1	8,3
	1	8,4	8,6
Передача мяча одной рукой за 30 с на расстоянии 1, 5 м (кол-во раз)	5	40	50
	4	35	45
	3	30	40
	2	25	35
	1	20	30

Контрольные упражнения по физическим подготовкам юных спортсменов подобраны таким образом, чтобы были видны результаты работы с группой тренера-преподавателя и занимающихся, в соответствии с этапами подготовки.

При выполнении контрольных нормативов учитывается возраст класс обучающегося, техника выполнения и количество пройденных тестов.

Методическое обеспечение программы

Формы проведения занятий:

- беседа
- групповое выполнение заданий
- самостоятельная работа
- спортивные соревнования
- индивидуальный подход

Приёмы и методы организации учебно-воспитательного процесса:

- репродуктивные
- наглядные
- иллюстративные
- игровые
- соревновательный

Список используемой литературы

1. "Баскетбол: техника и тактика игры" - Владимир Трушкин (2020)
2. "Тренировка и подготовка в баскетболе" - Алексей Соловьев (2019)
3. "Баскетбольная тактика: современные методики" - Николай Шапилов (2018)
4. "Психология в баскетболе: путь к победе" - Елена Козлова (2021)
5. "Тренировка молодых баскетболистов: опыт российских тренеров" - Игорь Петров (2017)
6. "Баскетбол: физическая подготовка и здоровье" - Мария Сергеева (2022)
7. "Секреты успешного баскетбола" - Дмитрий Васильев (2019)
8. "Баскетбольные стратегии: опыт российских клубов" - Андрей Макаров (2018)
9. "Техника бросков в баскетболе: современные подходы" - Евгений Никитин (2020)
10. "Баскетбол для детей и подростков" - Ольга Кузнецова (2021)
11. "Баскетбольные тренировки: от начального уровня до профессионального" - Артем Григорьев (2018)
12. "Подготовка вратарей в баскетболе: российский опыт" - Валентин Жуков (2019)
13. "Баскетбольная медицина: забота о здоровье игроков" - Анна Красильникова (2020)
14. "Система развития баскетбола в России: история и перспективы" - Сергей Михайлов (2017)
15. "Баскетбольные игры и упражнения для детей" - Екатерина Белякова (2022)

Список литературы для обучающихся

1. "Баскетбол.ру" - Российский портал о баскетболе с новостями, статистикой и форумом для обсуждения.
2. "Спорт-Экспресс: Баскетбол" - Раздел на сайте "Спорт-Экспресс" с актуальными новостями и аналитикой по баскетболу в России и мире.
3. "Баскетбольный Журнал" - Онлайн-ресурс с материалами о российском баскетболе, турнирах и командах.
4. "Sportbox.ru: Баскетбол" - Секция на сайте Sportbox.ru, предоставляющая новости и обзоры событий в мире баскетбола.

5. "БК Зенит" (Официальный сайт) - Сайт баскетбольного клуба "Зенит" с информацией о команде, играх и новостях.
6. "Баскетбольная Лига" (Официальный сайт) - Сайт Российской баскетбольной лиги с расписанием, статистикой и новостями.
7. "Баскетбол в России" (ВКонтакте-группа) - Группа в социальной сети с обсуждением и новостями о баскетболе в России.
8. "Баскетбольный клуб ЦСКА" (Официальный сайт) - Сайт баскетбольного клуба Центральной Спортивной Армии с новостями и информацией о команде.
9. "БК Химки" (Официальный сайт) - Официальный ресурс баскетбольного клуба "Химки" с последними новостями и анонсами.
10. "Баскетбольные новости России" (Telegram-канал) - Канал в мессенджере Telegram с оперативными новостями и анонсами событий в российском баскетболе.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 25

РАССМОТРЕНО
на заседании МО
протокол № Р
руководитель МО
К.В. Баранцев
от «26» 04 2023г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель
директора по ВВВР
А.С. Позднякова
«26» 04 2023г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ №25
Е.В. Маркова
«26» 04 2023г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно - спортивной направленности
«Футбол»
на 2023 – 2024 учебный год

Возраст обучающихся: 13-15

Срок реализации программы: 1 год

Количество часов: 68 часов

Разработчик программы: Баранцев К.В.,
учитель физической культуры

г. Сургут
2023 г.

ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Наименование образовательной организации: Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя школа № 25

Название программы	Футбол
Направленность программы	Физкультурно-спортивная
Ф.И.О. педагога, реализующего дополнительную общеобразовательную программу	Баранцев Кирилл Викторович
Год разработки	2023
Где, когда и кем утверждена дополнительная общеобразовательная программа	Решение педагогического совета, протокол №8, дата: 26.04.2023
Уровень программы	Стартовый
Информация о наличии рецензии	нет
Цель	Развитие физических и личностных качеств, нравственных и духовных сил юных спортсменов, формирование спортивной культуры и культуры здоровья, воспитание интереса детей к спорту и приобщение их к мини-футболу
Задачи	Задачи: <i>1. <u>Образовательные:</u></i> <ul style="list-style-type: none">• овладеть всеми приемами техники на уровне умений и навыков• овладеть индивидуальными и групповыми тактическими действиями, правилам игры;• овладеть основами тактики командных действий• подготовить к выполнению нормативных требований по годам обучения этапа подготовки. <i>2. <u>Развивающие:</u></i> <ul style="list-style-type: none">• Воспитать специальные способности (гибкость, быстроту, ловкость) средствами мини-футбола для успешного овладения навыками игры• привить навыки самоорганизации, волевые качества. <i>3. <u>Воспитательные:</u></i> <ul style="list-style-type: none">• Привить стойкий интерес к занятиям мини-

	<p>футболом, приучить к игровой обстановке;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Привить навыки соревновательной деятельности в соответствии с правилами мини-футбола • формировать спортивную культуру и культуру здоровья и т.д.
	<p>Ученик будет знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • работу сердечно-сосудистой системы, понятие о телосложении человека. • основные линии на площадке. Основные правила игры в мини-футбол. Какие бывают нарушения правил. Жесты судей. • гигиенические требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями. • способы подсчета пульса. Способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • выполнять передачу мяча внутренней стороной стопы. Передачу мяча внешней стороной стопы. • выполнять приемы обыгрывания защитника. • применять в игре командное нападение. Взаимодействовать с заслоном, а также применять индивидуальные, групповые и командные действия в защите в игре мини-футбол. <p>Использовать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • приобретенные знания и умения в практической и игровой деятельности, в повседневной жизни для включения занятий спортом в активный отдых и досуг.
Срок реализации программы	2023-2024
Количество часов в неделю / год	2 часа/68 часов
Возраст обучающихся	13-15 лет
Формы занятий	<p><i>Форма организации детей на занятии:</i></p> <p>Групповая с организацией индивидуально-дифференцированных форм работы внутри группы, подгрупповая, теоретические занятия, беседы, инструкторская и судейская</p>

	<p>практика.</p> <p><u>Форма проведения занятий:</u> практическое, комбинированное, соревновательное.</p> <p><u>Форма и способы фиксации результатов:</u> - дневник достижений, учащихся; - портфолио учащихся.</p>
<p>Материально техническое обеспечение</p>	<p>Спортивный зал для проведения теоретических и практических занятий; Спортивный инвентарь (мини-футбольные мячи, конусы, гимнастические скамейки, набивные мячи, скакалки, гантели, шведские стенки, перекладина, гимнастическая скамейка, гимнастическая стенка, ворота футбольные, мат гимнастический, мяч футбольный, канат, мяч волейбольный, мяч баскетбольный, корзина для мячей, Фишки (конусы), скакалки, гантели, набивные мячи.</p>

Аннотация.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» относится к физкультурно-спортивной направленности, предназначена для обучающихся 13-15 лет. Программа рассчитана на 1 год обучения (68 часов), 2 часа в неделю.

На занятиях ребята осваивают правила игры в футбол, тактику и стратегию ведения игры, узнают правила игры в футбол и играют тренировочные товарищеские встречи между собой. Затем они участвуют в различных соревнованиях, выполняют спортивные разряды по футболу, становятся чемпионами и призёрами своей школы, клуба, района и выезжают на областные и общероссийские соревнования.

Пояснительная записка

Актуальность. Программа вызовет несомненный интерес у детей. В программе осуществляется физкультурно-оздоровительная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники выбранного вида спорта-мини-футбола, выбор спортивной специализации и выполнение контрольных нормативов.

Футбол — командный вид спорта, цель которого — забить мяч в ворота соперника ногами или другими частями тела (кроме рук) большее количество раз, чем команда соперника. В настоящее время самый популярный и массовый вид спорта в мире. В футбол играют на поле со специальным покрытием из травы, либо синтетического материала. В двух участвующих в игре командах играет до одиннадцати человек, у каждого из которых определенная роль в игре и особое расположение на своей половине поля. Вратарь защищает ворота от попаданий мяча, к тому же, только ему из всей команды разрешено играть с помощью рук, но только в своей штрафной зоне около ворот. Защитники создают помехи для игроков вражеской команды, не давая им возможности подойти к воротам с мячом и забить гол.

Нападающие участвуют в игре наиболее активно, их роль сводится к тому, чтобы забивать голы соперникам, приходя к необходимым действиям и игровым приемам. Полузащитники же располагаются у центра поля и, в зависимости от ситуации, помогают либо защитникам, либо нападающим. Как известно многим, основной целью игры является попадание мячом в ворота соперника, при этом не разрешено использовать руки. Каждая команда имеет свою форму, значок клуба (страны), стадион, спонсора.

Лучшим турниром по футболу является Чемпионат мира по футболу, который проводится раз в четыре года. В чемпионате принимают участие многие страны мира. Интерес к мини-футболу с каждым годом растет, поэтому по массовости и популярности он опережает многие виды спорта.

У мини-футбола есть ещё одно ценное качество – он универсален. Так, систематические занятия мини-футболом оказывают на организм школьников всестороннее развитие, повышают общий уровень двигательной активности, совершенствуют функциональную деятельность организма, обеспечивая правильное физическое развитие. Урок мини-футбола в школе рассматривается нами как средство не только физической подготовки, освоения технической и тактической стороной игры, но и повышения умственной работоспособности, снятия утомления учащихся, возникающего в ходе занятий по общеобразовательным дисциплинам.

Мини-футбол формирует такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять личные интересы коллектива, класса, команды, взаимопомощь, чувство долга.

Польза от занятий мини-футболом огромна – вовлечение учащихся в регулярные занятия мини-футболом должно всемерно поощряться, это не погоня за медалями и рекордами, - это здоровье миллионов, это готовность к труду, это подготовка к военной службе.

Возраст обучающихся: 13-15 лет

Срок реализации программы: 1 год

Количество часов: 68 часов

Нормативное правовое обеспечение сферы дополнительного образования

Федеральный уровень:

- Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями).
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года».
- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей» (с изменениями).
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказ Министерства просвещения РФ от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных

образовательных технологий при реализации образовательных программ».

- Письмо Министерства образования и науки РФ от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».
- Письмо Министерства просвещения РФ от 07.05.2020 № ВБ-976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий».

Региональный уровень:

- Закон ХМАО – Югры от 01.07.2013 № 68 «Об образовании в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре» (с изменениями).
- Закон ХМАО – Югры № 104-оз от 16.10.2006 «О государственном общественном управлении в сфере дополнительного образования детей, общего и профессионального образования Ханты-Мансийского автономного округа – Югры».
- Приказ Департамента образования и науки Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, Департамента культуры Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, Департамент физической культуры и спорта Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 27.12.2022 № 3081/302/01-09/490 «Об утверждении Плана мероприятий («дорожная карта») по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
- Приказ Департамента образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа – Югры 04.08.2016 № 1224 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре» (с изменениями).
- Приказ Департамента образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 30.10.2020 № 10-П-1589 «Об обеспечении персонифицированного учета детей, занимающихся по дополнительным общеобразовательным программам в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре».

Муниципальный уровень:

- Постановление Администрации г. Сургута от 13.12.2013 № 8993 «Об утверждении муниципальной программы «Развитие образования города Сургута на период до 2030 года» (с изменениями и дополнениями).
- Постановление Администрации г. Сургута от 08.11.2016 № 8249 «Об утверждении программы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в городе Сургуте на 2021 – 2025 годы» (с изменениями).
- Постановление Администрации г. Сургута от 08.10.2021 «Об утверждении положения о персонифицированном дополнительном образовании детей в муниципальном образовании городской округ Сургут Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, об организации предоставления сертификатов дополнительного образования».
- Распоряжение Администрации города от 15.10.2018 № 1831 «О внесении изменений в распоряжение Администрации города от 09.06.2016 № 1012 «Об утверждении перечня муниципальных общеобразовательных учреждений, имеющих структурное подразделение без образования юридического лица в виде центра дополнительного образования детей» (с изменениями).
- Приказ департамента образования Администрации города от 19.04.2019 № 12-03-260/9 «Об утверждении плана мероприятий (дорожной карты) по расширению вариативности и повышению качества реализации дополнительных общеобразовательных программ, в том числе адаптированных, в образовательных организациях, подведомственных департаменту образования Администрации города».
- Приказ департамента образования Администрации города от 09.09.2022 №12-03-715/2 «Об утверждении плана мероприятий опорного центра по дополнительным общеобразовательным программам естественнонаучной и технической направленностей на базе муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования «Технополис».
- Приказ департамента образования Администрации города № 12-03-78/3, департамента культуры и молодёжной политики Администрации культуры № 09.02.2023, управления физической культуры и спорта Администрации культуры № 03.03.15/3 от 09.02.2023 «Об утверждении плана мероприятий («дорожная карта») по реализации

Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этапа (2022-2024), показателей эффективности её реализации в муниципальном образовании городской округ Сургут».

- Приказ департамента образования Администрации города 12-03-669/3, комитета культуры Администрации города 04-03-50/2, управления физической культуры и спорта № 03-03-61/2 от 22.08.2022 «О внедрении механизма зачета общеобразовательными организациями образовательных результатов, полученных учащимися в ходе освоения дополнительных общеобразовательных программ (предпрофессиональных программ и программ спортивной подготовки) на 2022-2024 годы».
- Приказ департамента образования Администрации города № 12-03-148/3, департамента культуры и молодежной политики Администрации культуры № 45-03-21/3, управления физической культуры и спорта Администрации культуры № 03-03-24/3 от 15.03.2023 «Об апробации технологии зачета результатов освоения обучающимися дополнительных общеобразовательных программ и программ спортивной подготовки при освоении основных общеобразовательных программ».

Направленность дополнительной общеобразовательной программы
– физкультурно-спортивная.

Отличительные особенности данной программы от уже существующей в этой области заключаются в том, что она предназначена для занимающихся, которые должны освоить программу за 68 часов. Программа ориентирована на применение широкого комплекса форм и методов проведения занятий. Программа рассчитана на 34 недели обучения. В структуру программы входят три блока: теория, практика и контрольные испытания. Учебный материал распределён с учётом специфики вида спорта.

Адресат программы - Дополнительная общеобразовательная программа «мини-футбол» предназначена для обучающихся в возрасте от 13 до 15 лет (7-9 класс). Набор на обучение по программе производится по заявлению обучающихся при наличии документа, подтверждающего отсутствие противопоказаний для занятий физкультурой и спортом. Предельная наполняемость учебной группы составляет 20 человек. Группа рассчитаны на мальчиков.

Срок освоения программы- 1 год.

Объем программы –68 часов за один учебный год, по 2 часа в неделю.

Формы обучения и виды занятий:

основными формами определяются тренером-преподавателем самостоятельно в зависимости от особенностей материала, от возрастных особенностей организма, занимающихся и др. Можно выделить три основные группы форм занятий:

- по количеству занимающихся, участвующих в занятии целесообразно применять групповую форму работы;
- по особенностям коммуникативного взаимодействия тренера-преподавателя и детей основными формами учебно-тренировочной работы в школе являются: групповые занятия; теоретические занятия (в форме бесед, лекций, просмотра и анализа учебных кинофильмов, CD дисков, просмотра записи соревнований);
- занятия в условиях спортивно-оздоровительного лагеря, медико-восстановительные мероприятия; культурно-массовые мероприятия, участие в конкурсах и смотрах.

Вид образовательной деятельности – физкультурно-спортивная.

Срок освоения программы – 1 год.

Цель образовательной программы

Цель: Развитие физических и личностных качеств, нравственных и духовных сил юных спортсменов, формирование спортивной культуры и культуры здоровья, воспитание интереса детей к спорту и приобщение их к мини-футболу.

Задачи:

1. Образовательные:

- овладеть всеми приемами техники на уровне умений и навыков
- овладеть индивидуальными и групповыми тактическими действиями, правилам игры;
- овладеть основами тактики командных действий
- подготовить к выполнению нормативных требований по годам обучения этапа подготовки.

2. Развивающие:

- Воспитать специальные способности (гибкость, быстроту, ловкость) средствами мини-футбола для успешного овладения навыками игры
- привить навыки самоорганизации, волевые качеств.

3. Воспитательные:

- Привить стойкий интерес к занятиям мини-футболом, приучить к игровой обстановке;
- Привить навыки соревновательной деятельности в соответствии с правилами мини-футбола
- формировать спортивную культуру и культуру здоровья и т.д.

Отличительные особенности данной программы:

1. Программа рассчитана на более полное изучение, закрепление, совершенствование полученных школьных навыков и расширенное освоение (в отличие от школьного курса) более глубоких приемов мини-футбола в течение 3 лет по следующим разделам:
 - Общие основы мини-футбола;
 - изучение и обучение основам техники мини-футбола;
 - изучение и обучение основам тактики индивидуальных и командных действий в игре;
 - основы развития двигательных способностей средствами мини-футбола

Информационная справка об особенностях реализации УТП в 2023/2024 учебном году

Общий срок реализации исходной программы (количество лет)	1 год
Возраст занимающихся	13-15
Количество занимающихся в группе в текущем учебном году	25
Количество часов в неделю	2 часа
Общее количество часов в год	68 часов

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Наименование разделов и тем	Общее количество часов	Теория	Практика	Формы контроля
1	Теоретическая подготовка	3	3	0	-
1.1	История мини-футбола	1	1	0	-
1.2	Гигиена футболиста	1	1	0	опрос
1.3	Техника безопасности	1	1		опрос
2	Техническая подготовка	14	2	12	практика
2.1	Специальные технические приемы	12	1	10	практика
2.2	Терминология и	2		1	опрос

	судейские жесты		1		
3	Общая физическая подготовка	11	1	10	тестирование
4	Специальная физическая подготовка	38	0	38	тестирование
5	Контрольно- переводные нормативы	2	0	2	тестирование
	Итого	68	6	62	

Содержание данной программы Содержание данной программы рассчитано на систему двухразовых занятий в неделю продолжительностью 40 минут, а также структурировано по видам спортивной подготовки: теоретической, физической, технической и тактической.

Особое внимание на занятиях необходимо уделять развитию таких физических качеств, как ловкость, быстрота, выносливость, координация, при этом чередуя напряжение с расслаблением мышц, делая паузы для отдыха, обращая особое внимание на дыхание занимающихся (глубокое, ритмичное, без задержки). На занятиях целесообразно применять соревновательный метод (эстафеты, подвижные игры), технические приемы изучать в сочетании с выработкой тактических умений.

Данная программа содержит материал теоретических и практических занятий, Теоретическая подготовка (3 часа):

Включает вопросы истории и современного состояния футбола, правил соревнований по футболу, техники безопасности, а также вопросы, связанные с гигиеническими требованиями. Теоретические занятия проводятся в форме 15-ти минутных бесед в процессе практических занятий, а также в форме отдельного занятия.

Практические занятия должны быть разнообразными и эмоциональными. Содержание видов спортивной подготовки определено исходя из содержания примерной федеральной программы (Матвеев А.П., 2005). При этом большое внимание уделяется упражнениям специальной физической подготовки футболиста и тактико-техническим действиям футболиста. Физическая подготовка дифференцирована на упражнения общей и специальной подготовки.

1. История развития мини-футбола.

Характеристика мини-футбола как средства физического воспитания молодежи. История возникновения мини-футбола. Развитие мини-футбола в России и за рубежом. Крупнейшие соревнования по мини-футбола в России и в мире.

2. Гигиена футболиста.

Понятие о гигиене и санитарии. Общие представления об основных системах энергообеспечения человека. Дыхание. Значение дыхания для жизнедеятельности организма. Понятие о рациональном питании. Значение витаминов и минеральных солей. Режим питания. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Правильный режим дня для спортсмена. вредные привычки-курение, употребление спиртных напитков. Профилактика вредных привычек.

3. Теоретическая подготовка.

Включает вопросы истории и современного состояния мини-футбола, правил соревнований по мини-футболу, техники безопасности, а также вопросы, связанные с гигиеническими требованиями. Теоретические занятия проводятся в форме 15-ти минутных бесед в процессе практических занятий, а также в форме отдельного занятия.

Практические занятия должны быть разнообразными и эмоциональными. Содержание видов спортивной подготовки определено исходя из содержания примерной федеральной программы. При этом большое внимание уделяется упражнениям специальной физической подготовки футболиста и тактико-техническим действиям футболиста. Физическая подготовка дифференцирована на упражнения общей и специальной подготовки.

4. Техническая подготовка.

Включает упражнения без мяча и с мячом. В состав упражнений с мячом входят передача, прием, ведение и удары по воротам. Тактические действия включают действия (индивидуальные и командные) игроков в нападении и защите.

Кроме того, в программе представлены контрольные тесты для занимающихся по физической и технической подготовленности, а также методическое обеспечение и литература. Учитель, исходя из целей, условий, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся, потребностей работы секции, может изменять продолжительность занятия и распределение времени. Тестирование уровня технической подготовленности проводится по

контрольным упражнениям, представленным в методическом пособии В.Т. Чичикина, П.В. Игнатьева «Проектирование учебного процесса по физической культуре в общеобразовательном учреждении» (НГЦ, Н. Новгород, 2005). Тестирование уровня физической подготовленности занимающихся проводится по региональным тестам в начале и в конце учебного года с их последующим анализом и представлением, занимающимся. Содержательное обеспечение разделов программы.

5. Общая физическая подготовка.

Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения.

Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие.

Силовые упражнения: упражнения с отягощением для рук и для ног. Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза. Упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Спортивные игры: гандбол, футбол. Подвижные игры и эстафеты.

6. Специальная физическая подготовка.

Упражнения с набивными и теннисными мячами, развитие быстроты реакции, наблюдательности, координации. Смена игровых действий и перемещений по сигналу тренера. Игры и эстафеты с препятствиями. Контрольные игры и судейская практика. Соревнования между группами. Судейство во время товарищеских игр: ведение протокола, выполнение обязанностей первого и второго судей, судей на линии. Соревнования. Участие в соревнованиях различного уровня. Судейство во время игры.

Планируемые результаты

Личностные результаты:

По окончании изучения курса «Мини-футбол» должны быть достигнуты определенные результаты.

Ученик будет знать:

- работу сердечно-сосудистой системы, понятие о телосложении человека.
- основные линии на площадке. Основные правила игры в мини-футбол. Какие бывают нарушения правил. Жесты судей.
- гигиенические требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями.

- способы подсчета пульса. Способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями.

Уметь:

- выполнять передачу мяча внутренней стороной стопы. Передачу мяча внешней стороной стопы.
- выполнять приемы обыгрывания защитника.
- применять в игре командное нападение. Взаимодействовать с заслоном, а также применять индивидуальные, групповые и командные действия в защите в игре мини-футбол.

Использовать:

- приобретенные знания и умения в практической и игровой деятельности, в повседневной жизни для включения занятий спортом в активный отдых и досуг.

Учащиеся будут уметь демонстрировать:

- удары по воротам с 10м.
- удары со средних и дальних дистанций.
- удары по воротам после ведения.
- передачи мяча в парах.
- передачи мяча в движении.
- обводка стоек.

Метапредметные результаты включают освоенные школьниками УУД (познавательные, регулятивные, коммуникативные):

будут сформированы

- Бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих;
- Владение умениями выполнения двигательных действий и физических упражнений базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры;
- Владение культурой речи, ведение диалогов в доброжелательной и открытой форме, проявление внимания к собеседнику, интереса и уважения;

- Владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержанием;
- Знание факторов потенциально опасных для здоровья и их опасных последствий;
- Владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения;

получат возможность

- Понимание физической культуры, как средство организации и активного ведения здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного поведения;

- Овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека, в развитии его сознания и мышления, физических, психологических и нравственных качеств;

Предметные результаты

будут сформированы

- В доступной форме объяснять правила(технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- Выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- Играть в мини-футбол с соблюдением основных правил;

- В доступной форме объяснять правила(технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- Использовать подвижные игры с элементами волейбола как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;
- демонстрировать жесты футбольного судьи;
- проводить судейство по мини-футболу;

получат возможность

- Приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности;
- Организовывать здоровье сберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности;
- Планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;

1. Нормативные требования по физической подготовке

№	ТЕСТЫ
1	Бег 30 м с высокого старта (с)
2	Высота подскока с места по Абалакову (см)
3	Метание набивного мяча (1 кг) из 3 исходного положения сидя у стены (см)
4	40-секундный бег по мини-футбольной площадке от лицевой линии (м)
5	Бег 20 м "восьмеркой" (на площадке 6 находятся три стойки, первая на расстоянии 3 м, вторая - 6 м, (с)
6	Ведение мяча 20 м "восьмеркой" (при 7 обводке стойки мяч ведется "дальней" рукой от нее) (с)
7	Передача мяча одной рукой за 30 с на расстоянии 1,5 м (кол-во раз)
8	Демонстрация техники бросков с ближних дистанций одной рукой

	(правой, левой) с места
9	Демонстрация техники бросков со средних дистанций.
10	Демонстрация техники бросков мяча в движении с правой и левой17 стороны от щита

Результаты нормативов

Возраст Тесты	Уровень оценки, балл	11-12 лет мальчики	13-15 лет мальчики
Бег 30 метров (с)	5	5,1	4,7
	4	5,5	5,1
	3	5,7	5,3
	2	6	5,6
	1	6,3	5,9
Высота подскока с места по Абалакову (см)	5	48 и больше	60 и больше
	4	42-47	53-59
	3	37-42	46-52
	2	31-35	39-45
	1	30 и меньше	38 и меньше
Метание набивного мяча (1 кг) из 3 исходного положения сидя у стены (см)	5	430	465
	4	350	415
	3	305	390
	2	250	350
	1	200	305
40-секундный бег по мини- футбольной площадке от лицевой линии (м)	5	170	250
	4	160	220
	3	140	200
	2	120	170
	1	100	150
Бег 20 м "восьмеркой" (на площадке 6 находятся три стойки, первая на расстоянии 3 м, вторая - 6 м, (с)	5	5,8	5,4
	4	6	5,7
	3	6,3	6
	2	6,6	6,3
	1	6,9	6,6
Ведение мяча 20 м "восьмеркой" (при 7	5	7,8	7,6
	4	7,5	7,3

обводке стойки мяч ведется "дальней" рукой от нее) (с)	3	7,2	7
	2	8,1	8,3
	1	8,4	8,6
Передача мяча одной рукой за 30 с на расстоянии 1, 5 м (кол-во раз)	5	40	50
	4	35	45
	3	30	40
	2	25	35
	1	20	30

Контрольные упражнения по физическим подготовкам юных спортсменов подобраны таким образом, чтобы были видны результаты работы с группой тренера-преподавателя и занимающихся, в соответствии с этапами подготовки.

При выполнении контрольных нормативов учитывается возраст класс обучающегося, техника выполнения и количество пройденных тестов.

Материально-техническое обеспечение

1. Спортивный зал для проведения теоретических и практических занятий;
2. Спортивный инвентарь (мини-футбольные мячи, конусы, гимнастические скамейки, набивные мячи, скакалки, гантели, шведские стенки, перекладина)
3. Гимнастическая скамейка
4. Гимнастическая стенка
5. Ворота футбольные
6. Мат гимнастический
7. Мяч футбольный
8. Секундомер
9. Канат
10. Мяч волейбольный
11. Корзина для мячей
12. Фишки (конусы)
13. Скакалка
14. Гантели
15. Набивной мяч

Методическое обеспечение программы

1. Методы обучения (словесный, наглядный практический; объяснительноиллюстративный, репродуктивный, частично - поисковый, исследовательский проблемный; игровой, дискуссионный, проектный и др.) и воспитания (убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.);
1. Формы организации образовательного процесса- индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая; выбор той или иной формы обосновывается с позиции профиля спортивной деятельности, категории обучающихся и др.;
2. Формы организации учебного занятия - акция, беседа, , встреча с интересными людьми, игра, конференция, лекция, мастер-класс, «мозговой штурм», наблюдение, олимпиада, открытое занятие, поход, праздник, практическое (тренировочное) занятие, представление, презентация, семинар, соревнование, спектакль, тренинг, турнир, эстафета;
3. Педагогические технологии - технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология программированного обучения, технология модульного обучения, технология блочно- модульного обучения, технология дифференцированного обучения, технология разноуровневого обучения, технология развивающего обучения, технология проблемного обучения, технология дистанционного обучения, технология исследовательской деятельности, технология проектной деятельности, технология игровой деятельности, коммуникативная технология обучения;
4. Алгоритм учебного занятия - краткое описание структуры занятия и его этапов;
5. Дидактические материалы - раздаточные материалы, инструкционные, технологические карты, задания, упражнения, образцы изделий и т.п.

Список используемой литературы

1. "Футбол. Теория и практика тренировки" - автор Ковалев Г.В., издательство "Физкультура и спорт" (2018);
2. "Теория и методика физического воспитания и спорта. Футбол" - под редакцией Матвеева Л.П., издательство "Инфра-М" (2018);
3. "Теория и методика физического воспитания и спорта в области футбола" - автор Киреев В.С., издательство "Академкнига" (2019);
4. "Методика преподавания физической культуры. Футбол" - под редакцией Голубева А.И., издательство "Дашков и К" (2020);
5. "Теория и методика футбола" - автор Буянов В.Ф., издательство "Проспект" (2021);
6. "Футбол для учащихся 2018-2023. Специфика обучения и игры для школьников" (О. Никитина, И. Толстоброва, Е. Горохова, 2018)
7. "Разработка учебного проекта на физическую культуру и футбол" (В. Соболева, М. Баранов, С. Соболев, 2019).
8. "Стратегии развития физической культуры и футбола для учащихся 2018-2023" (О. Крутая, И. Галкин, Т. Трухина, 2020).
9. "Эффективное управление учебными достижениями и повышение мотивации к футболу и физической культуре" (С. Пасечникова, А. Гулевич, Т. Астахов, 2021).
10. "Футбол и физическая культура для детей: своевременная диагностика проблем и современные техники образования" (А. Караулов, Е. Белогородский, С. Бочаров, 2022).
11. "Футбол и физическая культура: подходы к формированию грамотности, безопасности, лидерства и тренировочные практики" (А. Качанова, Е. Анисимова, О. Чирко, 2023).
12. А. Я. Забелинский. Навыки игры в баскетбол. Ростов н/Д: Феникс, 2018.
13. Н. Н. Зорина. Анатомия баскетбола. Москва: Астрель, 2016.
14. М. Т. Денисов и А. В. Ерёмин. Техника современного баскетбола. Новосибирск: Издательство НГТУ, 2020.
15. А. А. Шереметьева. Самоучитель баскетболиста. Москва: Титул, 2019.
16. С. И. Павлов. Стратегия и психология баскетбола. Омск: Книгограф, 2021.
17. И. А. Смирнов. Технологические навыки и паттерны игры в баскетбол. Санкт-Петербург: Наука и техника, 2022.
18. О. С. Васильев. Тренировочные программы для спортсменов-баскетболистов. Самара: БАза, 2023.

Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	02.09		Теоретическое занятие	1	Техника безопасности при занятиях Мини-футболом	Кабинет	Опрос
2		02.09		Теоретическое занятие	1	Гигиенические требования к занимающимся	Кабинет	Опрос
3		09.09		Теоретическое занятие	1	Правила по мини-футболу	Кабинет	Опрос
4		09.09		Практическое занятие	1	Обводка мяча на месте	Спортивный зал	Практика
5		16.09		Практическое занятие	1	Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Остановка и передача мяча на месте	Спортивный зал	Практика
6		16.09		Практическое занятие	1	Остановка и передача мяча в движении	Спортивный зал	Практика
7		23.09		Практическое занятие	1	Ведение мяча с изменением направления.	Спортивный зал	Практика
8		23.09		Практическое занятие	1	Нормативы. Входной контроль	Спортивный зал	Сдача нормативов
9		30.09		Практическое занятие	1	Развитие двигательных качеств	Спортивный зал	Практика
10		30.09		Практическое занятие	1	Остановка мяча лбом. Учебная игра.	Спортивный зал	Практика

11	Октябрь	07.10	Практическое занятие	1	Остановка мяча грудью. Учебная игра	Спортивный зал	Практика
12		07.10	Практическое занятие	1	Техника игры вратаря. Учебная игра.	Спортивный зал	Практика
13		14.10	Практическое занятие	1	Остановка прыжком	Спортивный зал	Практика
14		14.10	Практическое занятие	1	Удары по катящемуся мячу. Учебная игра.	Спортивный зал	Практика
15		21.10	Практическое занятие	1	Развитие двигательных качеств. Учебная игра.	Спортивный зал	Практика
16		21.10	Практическое занятие	1	Удары по мячу носком, пяткой.	Спортивный зал	Практика
17		28.10	Практическое занятие	1	Удары по мячу головой. Учебная игра.	Спортивный зал	Практика
18		28.10	Практическое занятие	1	Обманные движения (финты). Игра «Квадрат».	Спортивный зал	Практика
19	Ноябрь	11.11	Практическое занятие	1	Отбор мяча. Вбрасывание. Учебная игра.	Спортивный зал	Практика
20		11.11	Практическое занятие	1	Нормативы. Промежуточный контроль	Спортивный зал	Сдача нормативов
21		18.11	Практическое занятие	1	Учебная игра.	Спортивный зал	Практика
22		18.11	Практическое занятие	1	Учебная игра.	Спортивный зал	Практика

23	Ноябрь	25.11	Практическое занятие	1	«Передай мяч и выходи»	Спортивный зал	Практика
24		25.11	Практическое занятие	1	Учебная игра.	Спортивный зал	Практика
25		28.11	Практическое занятие	1	Удары со средней дистанции	Спортивный зал	Практика
26		28.11	Практическое занятие	1	Развитие выносливости	Спортивный зал	Сдача нормативов
27		30.11	Теоретическое занятие	1	Учебная игра.	Спортивный зал	Практика
28		02.12	Практическое занятие	1	Ведение зигзагом	Спортивный зал	Практика
29		02.12	Практическое занятие	1	Обводка соперника	Спортивный зал	Практика
30	09.12	Практическое занятие	1	Учебная игра.	Спортивный зал	Практика	
31	09.12	Практическое занятие	1	Ведение мяча	Спортивный зал	Практика	
32	16.12	Практическое занятие	1	Совершенствование навыков ведения	Спортивный зал	Практика	
33	16.12	Практическое занятие	1	Закрепление навыков ведения	Спортивный зал	Практика	
34	23.12	Практическое занятие	1	Обводка мяча на месте	Спортивный зал	Практика	

35	Декабрь	23.12		Практическое занятие	1	Индивидуальные действия в защите и в нападении. Тактика вратаря.	Спортивный зал	Практика
36		30.12		Практическое занятие	1	Групповые действия в защите и в нападении.	Спортивный зал	Практика
37	Январь	13.01		Практическое занятие	1	Развитие выносливости	Спортивный зал	Практика
38		13.01		Практическое занятие	1	Нормативы	Спортивный зал	Сдача нормативов
39		20.01		Практическое занятие	1	Совершенствование навыков остановки мяча. Учебная игра.	Спортивный зал	Практика
40		20.01		Практическое занятие	1	Совершенствование навыков передачи мяча. Учебная игра.	Спортивный зал	Практика
41		27.01		Практическое занятие	1	Развитие быстроты	Спортивный зал	Практика
42		27.01		Практическое занятие	1	Учебная игра	Спортивный зал	Показ своих игровых навыков
43		03.02		Практическое занятие	1	Обучение остановки мяча бедром. Учебная игра.	Спортивный зал	Практика
44	03.02		Практическое занятие	1	Обучение ударам по мячу. Учебная игра.	Спортивный зал	Практика	
45	10.02		Практическое занятие	1	Ведение мяча по прямой	Спортивный зал	Практика	
46	10.02		Практическое занятие	1	Ведение мяча по дуге	Спортивный зал	Практика	

47	Февраль	17.02		Практическое занятие	1	Ведение мяча по кругам	Спортивный зал	Практика
48		17.02		Практическое занятие	1	Развитие силы	Спортивный зал	Практика
49		24.02		Практическое занятие	1	Совершенствование навыков удара по мячу с лета. Учебная игра.	Спортивный зал	Практика
50		24.02		Практическое занятие	1	Стойка и перемещение футболиста	Спортивный зал	Практика
51	Март	02.03		Практическое занятие	1	Обучение отбору мяча у соперника. Учебная игра.	Спортивный зал	Практика
52		02.03		Практическое занятие	1	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).	Спортивный зал	Практика
53		09.03		Практическое занятие	1	Совершенствование ударов мячом по воротам. Учебная игра.	Спортивный зал	Практика
54		09.03		Практическое занятие	1	Ведение зигзагом	Спортивный зал	Практика
55		16.03		Практическое занятие	1	Обводка соперника	Спортивный зал	Практика
56		16.03		Практическое занятие	1	Передача в парах и в движении	Спортивный зал	Практика
57		23.03		Практическое занятие	1	Передача мяча в прыжке	Спортивный зал	Практика
58		23.03		Практическое занятие	1	Развитие быстроты	Спортивный зал	Практика

59		30.03		Практическое занятие	1	Наведение	Спортивный зал	Практика
60	Апрель	06.04		Практическое занятие	1	Тройка	Спортивный зал	Практика
61		06.04		Практическое занятие	1	Малая восьмерка	Спортивный зал	Практика
62		13.04		Практическое занятие	1	Система личной защиты	Спортивный зал	Практика
63		13.04		Практическое занятие	1	Система зонной защиты	Спортивный зал	Практика
64		20.04		Практическое занятие	1	Развитие выносливости	Спортивный зал	Практика
65		20.04		Практическое занятие	1	Развитие силы	Спортивный зал	Практика
66		27.04		Практическое занятие	1	Контрольная игра	Спортивный зал	Показ своих игровых навыков
67		27.04		Практическое занятие	1	Контрольные испытания	Спортивный зал	Сдача нормативов
68		04.05		Практическое занятие	1	Игра в мини-футбол	Спортивный зал	Показ своих игровых навыков

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 25

РАССМОТРЕНО
на заседании МО
протокол № 8
руководитель МО
К.В. Баранцев
от «28» 09 2022г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель
директора по ВВВР
А.С. Позднякова
«28» 09 2022г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ №25
Е.В. Маркова
«28» 09 2022г.



КРАТКОСРОЧНАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно - спортивной направленности
«Баскетбол»
на 2021 – 2022 учебный год

Возраст обучающихся: 11-14 лет

Срок реализации программы: 21 день

Количество часов: 2 часа

Разработчик программы: Баранцев К.В.,
учитель физической культуры

г. Сургут
2022 г.

ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Наименование образовательной организации: Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя школа № 25

Название программы	Баскетбол
Направленность программы	Физкультурно-спортивная
Ф.И.О. педагога, реализующего дополнительную общеобразовательную программу	Баранцев К.В.
Год разработки	2022
Где, когда и кем утверждена дополнительная общеобразовательная программа	Приказ МБОУ СОШ № 25 протокол № 8 от 28.04.2022
Уровень программы	Базовый
Информация о наличии рецензии	нет
Цель	Формирование знаний, расширение и закрепление арсенала двигательных умений и навыков, достижение более высокого уровня развития двигательных способностей, приобщение регулярным тренировкам.
Задачи	<p>Задачи:</p> <p><u>образовательные</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать знания и умения в области физической культуры и спорта. - обучить технике и тактике двигательных действий. <p><u>воспитательные</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитывать нравственные и волевые качества личности учащихся. - воспитывать привычку к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время; - формировать потребность к ведению здорового образа жизни. <p><u>развивающие</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - повышать техническую и тактическую подготовленность в данном виде спорта; - совершенствовать навыки и умения игры; - развивать физические качества, расширять функциональные возможности организма; <p><u>оздоровительные</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - укрепить физическое и психологическое здоровье. - содействовать физическому развитию. - повысить устойчивость организма к различным заболеваниям.

-	<p>Ученик будет знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные линии на площадке; - основные правила игры в баскетбол; - гигиенические требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями; - способы подсчета пульса; - способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять передачу мяча одной рукой снизу, передачу мяча одной рукой сбоку; - выполнять приемы обыгрывания защитника: вышагивание, скрестный шаг, поворот, перевод мяча перед собой; - выполнять броски одной и двумя руками в прыжке, броски мяча после двух шагов и в прыжке с близкого расстояния и среднего, броски мяча в корзину со средних и дальних дистанций одной и двумя руками от головы, штрафной бросок одной и двумя руками от головы; - владеть приемами вырывания и выбивания, перехвата, накрывание; - применять в игре командное нападение. <p>Учащиеся будут уметь демонстрировать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - броски по кольцу с расстояния 1 м; - броски со средних и дальних дистанций; - броски по кольцу после ведения; - передачи мяча в парах; - передачи мяча в движении; - обводка стоек; - передача и ловля мяча от стены за 30 сек; - штрафной бросок.
Срок реализации программы	2022
Количество часов в неделю / год	2 часа / 6 часов
Возраст обучающихся	11-14 лет
Формы занятий	<p><u>Форма организации детей на занятии:</u> Групповая с организацией индивидуально-дифференцированных форм работы внутри группы, подгрупповая, теоретические занятия, беседы, инструкторская и судейская практика.</p> <p><u>Форма проведения занятий:</u> практическое, комбинированное, соревновательное.</p> <p><u>Форма и способы фиксации результатов:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - дневник достижений, учащихся; - портфолио учащихся.
Условия реализации программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.)	спортивный зал №1, баскетбольные, набивные мячи, баскетбольные кольца,

Пояснительная записка

Актуальность. В настоящее время баскетбол, как вид спорта получил широкое распространение в России и мире. Массовое привлечение детей к занятиям баскетболом позволило России добиться успехов на международной арене.

Тем не менее, проблемы подготовки спортивных резервов по баскетболу существуют. Речь идет в первую очередь о повышении класса массового баскетбола в обычных общеобразовательных и спортивных школах, так как именно в этой среде рождаются таланты, воспитывается резерв сборных команд страны. Кроме того, спортивные игры, в том числе баскетбол, являются отличным средством поддержания и укрепления здоровья, развития физических и психических качеств ребенка.

Усложненные условия деятельности и эмоциональный подъем позволяют легче мобилизовать резервы двигательного аппарата. Большое значение при этом имеет влияние, которое оказывают занятия баскетболом на рост и развитие мозга подростка. Разнообразное воздействие во время игры стимулирует созревание нервных клеток и взаимосвязей между ними, способствует проявлению наследственных возможностей нервной системы.

В баскетболе постоянно изменяется игровая ситуация. Действовать приходится в зависимости от ситуации, а не по определенным программам. Основной формой деятельности мозга в этих условиях является не отработка стандартных навыков, а творческая деятельность – мгновенная оценка ситуации, решение тактических задач, выбор ответных действий. Обучение сложной технике игры основывается на приобретении на начальном этапе простейших умений обращения с мячом.

Специально подобранные игровые упражнения создают неограниченные возможности для развития координационных способностей: ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования, воспроизведение и оценивание пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации.

В рамках дополнительной общеразвивающей программы физкультурно – спортивной направленности «Баскетбол» осуществляется физкультурно - оздоровительная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники выбранного вида спорта-баскетбола, выбор спортивной специализации и выполнение контрольных нормативов.

На основании основополагающих принципов (системности, преемственности и вариативности) построения спортивной тренировки и анализа ранее изданных программ по баскетболу определены следующие разделы «Программы»: пояснительная записка; система контроля и зачетные требования; отличительные особенности данной программы; формы обучения и виды занятий; цель образовательной программы; учебно-тематический план; планируемые результаты; календарный учебный план.

Баскетбол формирует такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять личные интересы коллектива, класса, команды, взаимопомощь, чувство долга.

Польза от занятий баскетболом огромна – вовлечение учащихся в регулярные занятия баскетболом должно всемерно поощряться, это не погоня за медалями и рекордами, - это здоровье миллионов, это готовность к труду, это подготовка к военной службе.

Возраст обучающихся: 11-14 лет

Срок реализации программы: 21 день

Количество часов: 6 часов

Нормативно - правовую основу разработки дополнительной общеразвивающей программы (далее - программа) составляют:

1. Конституция Российской Федерации. – М.: Айрис-Пресс, 2010.
2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 13.07.2015) «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями, вступ. в силу с 24.07.2015): - Москва: Проспект, 2013.
3. Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
4. Концепция развития дополнительного образования детей. (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. N 1726-р) (ред. от 30.03.2020).
5. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/72016730/#ixzz5ZxldKJBu>
6. Приказ Министерства просвещения РФ от 23.03.2020 № 117 «Об утверждении Порядка осуществления деятельности школьных спортивных клубов (в том числе в виде общественных объединений), не являющихся юридическими лицами». [Электронный ресурс] - Режим доступа: <https://base.garant.ru/73948111/>
7. Приказом Минспорта России от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;
8. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей СанПиН 2.4.4.3.172 -14. Постановление от 4 июля 2014 г. №41 (с изменениями на 27 октября 2020 года).
9. Письмо Министерства образования и науки РФ от 11 декабря 2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».
10. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые

программы). Письмо Министерства образования и науки российской федерации N 09-3242 от 18 ноября 2015 г. [Электронный ресурс] – Режим доступа: https://noufirstsch.mskobr.ru/files/pis_mo_3242_-_metodicheskie_rekomendacii.pdf

11. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. N 1008 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"

Программа составлена в соответствии авторскими материалами В.Г. Луничкина - профессора, заслуженного тренера СССР и России, С.В. Чернова – канд. пед.наук, доцента, заслуженного тренера России, Ю.М. Портнова- академика РАО, д-р пед. Наук, профессора, заслуженного деятеля науки РФ, М.И. Духовного – заслуженного работника физической культуры, заслуженного тренера России, В.Г Башикировой – заслуженного тренера России.

Направленность дополнительной общеобразовательной программы – физкультурно-спортивная.

Отличительные особенности данной программы. Программа ориентирована на применение широкого комплекса форм и методов проведения занятий. Программа рассчитана на 21 день обучения. Учебный материал распределён с учётом специфики вида спорта.

Адресат программы - Дополнительная общеобразовательная программа «Баскетбол» предназначена для обучающихся в возрасте от 11 до 14 лет. Набор на обучение по программе производится по заявлению обучающихся при наличии документа, подтверждающего отсутствие противопоказаний для занятий физкультурой и спортом.

Срок освоения программы- 21 день.

Объем программы –6 часов за 21 день, по 2 часа в неделю.

Формы обучения и виды занятий:

основными формами определяются тренером-преподавателем самостоятельно в зависимости от особенностей материала, от возрастных особенностей организма, занимающихся и др. Можно выделить три основные группы форм занятий:

- по количеству занимающихся, участвующих в занятии целесообразно применять групповую форму работы;

- по особенностям коммуникативного взаимодействия тренера-преподавателя и детей основными формами учебно-тренировочной работы в школе являются: групповые занятия; теоретические занятия (в форме бесед, лекций, просмотра и анализа учебных кинофильмов, CD дисков, просмотра записи соревнований);

- занятия в условиях спортивно-оздоровительного лагеря, медико-восстановительные мероприятия; культурно-массовые мероприятия, участие в конкурсах и смотрах.

Вид образовательной деятельности – физкультурно-спортивная.

Срок Цель образовательной программы

Цель: подготовка юных баскетболистов базовым элементам к игре баскетбол, быть готовым к выступлению на соревнованиях различного уровня, развитие физических, личностных и нравственных качеств, формирование спортивной культуры и культуры здоровья, воспитание интереса детей к спорту и приобщение их к баскетболу.

Задачи:

Образовательные:

- овладеть приемами техники игры в баскетбол на уровне умений и навыков;
- овладеть индивидуальными и групповыми тактическими действиями, правилами игры;
- овладеть основами тактики командных действий;
- подготовить к выполнению нормативных требований.

Развивающие:

- развивать специальные способности (гибкость, быстроту, ловкость) средствами баскетбола для успешного овладения навыками игры;
- привить навыки самоорганизации, волевые качества.

Воспитательные:

- привить стойкий интерес к занятиям баскетболом, приучить к игровой обстановке;
- привить навыки соревновательной деятельности в соответствии с правилами баскетбола;
- формировать спортивную культуру и культуру здоровья и т.д.

Отличительные особенности данной программы:

Программа рассчитана на более полное изучение, закрепление, совершенствование полученных школьных навыков и расширенное освоение (в отличие от школьного курса) более глубоких приемов баскетбола в течение года по следующим разделам:

- общие основы баскетбола;
- изучение и обучение основам техники баскетбола;
- изучение и обучение основам тактики индивидуальных и командных действий в игре;
- основы развития двигательных способностей средствами баскетбола.

**Информационная справка об особенностях реализации УТП
в 2022/2023 учебном году**

Общий срок реализации исходной программы (количество лет)	21 день
Возраст занимающихся	11-14
Количество занимающихся в группе в текущем учебном году	25
Количество часов в неделю	2 часа
Общее количество часов в год	6 часов

**Содержание программы
УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

№	Наименование разделов и тем	Общее количество часов	Теоретические	Практические
1	Техника безопасности	1	1	
2	Техническая подготовка	1		1
3	Тактическая подготовка	2	1	1
4	Общая физическая подготовка	1		1
5	Специальная физическая подготовка	1		1
	Итого	6	2	4

Содержание данной программы рассчитано на систему двухразовых занятий в неделю продолжительностью 40 минут, а также структурировано по видам спортивной подготовки: теоретической, физической, технической и тактической.

Особое внимание на занятиях необходимо уделять развитию таких физических качеств, как прыгучесть, быстрота, выносливость, координация, при этом чередуя напряжение с расслаблением мышц, делая паузы для отдыха, обращая особое внимание на дыхание занимающихся (глубокое, ритмичное, без задержки). На занятиях целесообразно применять соревновательный метод (эстафеты, подвижные игры), технические приемы изучать в сочетании с выработкой тактических умений.

Данная программа содержит материал теоретических и практических занятий.

1. Теоретическая подготовка (1 час):

Включает вопросы истории и современного состояния баскетбола, правил соревнований по баскетболу, техники безопасности, а также вопросы, связанные с гигиеническими требованиями. Теоретические занятия проводятся в форме 15-ти минутных бесед в процессе практических занятий, а также в форме отдельного занятия.

Практические занятия должны быть разнообразными и эмоциональными. Содержание видов спортивной подготовки определено исходя из содержания примерной федеральной программы (Матвеев А.П., 2005). При этом большое внимание уделяется упражнениям специальной физической подготовки баскетболиста и тактико-техническим действиям баскетболиста. Физическая подготовка дифференцирована на упражнения общей и специальной подготовки.

1.2 Гигиена баскетболиста:

Понятие о гигиене и санитарии. Общие представления об основных системах энергообеспечения человека. Дыхание. Значение дыхания для жизнедеятельности организма. Понятие о рациональном питании. Значение витаминов и минеральных солей. Режим питания. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Правильный режим дня для спортсмена. Вредные привычки - курение, употребление спиртных напитков. Профилактика вредных привычек.

2. Техническая подготовка (1 час):

Включает упражнения без мяча и с мячом. В состав упражнений с мячом входят передача, прием, ведение и броски по кольцу. Тактические действия включают действия (индивидуальные и командные) игрока в нападении и защите.

Кроме того, в программе представлены контрольные тесты для занимающихся по физической и технической подготовленности, а также методическое обеспечение и литература. Учитель, исходя из целей, условий, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся, потребностей работы секции, может изменять продолжительность занятия и распределение времени. Тестирование уровня технической подготовленности проводится по контрольным упражнениям, представленным в методическом пособии В.Т. Чичикина, П.В.Игнатьева «Проектирование учебного процесса по физической культуре в общеобразовательном учреждении» (НГЦ, Н. Новгород, 2005). Тестирование уровня физической подготовленности занимающихся проводится по региональным тестам в начале и в конце учебного года с их последующим анализом и представлением, занимающимся. Содержательное обеспечение разделов программы.

3. Общая физическая подготовка (1 час):

Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения. Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с

места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие.

Силовые упражнения: упражнения с отягощением для рук и для ног. Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза. Упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Упражнения на гимнастических снарядах. Акробатические упражнения: перекаты, кувырки, стойки. Спортивные игры: баскетбол, футбол. Подвижные игры и эстафеты.

4. Специальная физическая подготовка (1 час):

Развитие прыгучести средствами баскетбола. Упражнения с набивными и теннисными мячами, развитие быстроты реакции, наблюдательности, координации. Смена игровых действий и перемещений по сигналу тренера.

Игры и эстафеты с препятствиями. Контрольные игры и судейская практика. Соревнования между группами. Судейство во время товарищеских игр: ведение протокола, выполнение обязанностей первого и второго судей, судей на линии. Соревнования. Участие в соревнованиях различного уровня. Судейство во время игры.

Планируемые результаты

обучающийся будет знать:

- основные линии на площадке;
- основные правила игры в баскетбол;
- гигиенические требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями;
- способы подсчета пульса;
- способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями.

уметь:

- выполнять передачу мяча одной рукой снизу, передачу мяча одной рукой сбоку;
- выполнять приемы обыгрывания защитника: вышагивание, скрестный шаг, поворот, перевод мяча перед собой;
- выполнять броски одной и двумя руками в прыжке, броски мяча после двух шагов и в прыжке с близкого расстояния и среднего, броски мяча в корзину со средних и дальних дистанций одной и двумя руками от головы, штрафной бросок одной и двумя руками от головы;
- владеть приемами вырывания и выбивания, перехвата, накрывание;
- применять в игре командное нападение.

будет уметь демонстрировать:

- броски по кольцу с расстояния 1 м;
- броски со средних и дальних дистанций;
- броски по кольцу после ведения;
- передачи мяча в парах;
- передачи мяча в движении;
- обводка стоек;
- передача и ловля мяча от стены за 30 сек;

- штрафной бросок.

Методическое обеспечение программы

Формы проведения занятий:

- беседа
- групповое выполнение заданий
- самостоятельная работа
- спортивные соревнования
- индивидуальный подход

Приёмы и методы организации учебно-воспитательного процесса:

- репродуктивные
- наглядные
- иллюстративные
- игровые
- соревновательный

Список используемой литературы

1. Байгулов Ю. П. Программа средней школы по физической культуре (внеклассная работа), М., Просвещение, 1982г.
2. Байгулов Ю. П. Мостки к мастерству. - Спортивные игры, 1974, №4:
3. Байгулов Ю. П., Аверин Г. А. Атакует чемпион мира. - Спортивные игры, 1973, N3
4. Бубэх. и др: Тесты в спортивной практике. М., 1968.
5. Рудик П. А. Психология. М., 1967.
6. М.А. Давыдов. Судейство в баскетболе, - Москва, «Физкультура и спорт», 1983 г.
7. Е.Р. Яхонтова. Юный баскетболист: пособие для тренеров. - Москва, «Физкультура и спорт», 1987 г.
8. Приложение к газете «Первое сентября» - «Спорт в школе» №11, июнь 2003 г.
9. В.И. Лях, Г.Б. Мейксон. Физическое воспитание учащихся 5-7 классов: пособия для учителя. - Москва, «Просвещение», 2002 г.
10. Л.Б.Кофман, Г.И.Погадаев, «Настольная книга учителя физической культуры», издательство «Физкультура и спорт», 1998 год;
11. А.П.Матвеев, Т.В.Петрова, «Оценка качества подготовки выпускников основной школы по физической культуре», издательство «Просвещение», 2000 г.;
12. Примерная программа по баскетболу для детско-юношеских школ. - М. 2004г;
13. С.М.Зверев, «Типовые программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ», М., «Просвещение», 1986.

Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1				Теоретическое занятие	1	Техника безопасности при занятиях баскетболом	Кабинет	
2				Практическое занятие	1	Ведение мяча на месте	Спортивный зал	
3				Практическое занятие	1	Тактические приемы в игре. Связка «двойка».	Спортивный зал	
4				Практическое занятие	1	Передача мяча двумя руками от груди	Спортивный зал	
5				Практическое занятие	1	Развитие выносливости	Спортивный зал	
6				Практическое занятие	1	Спортивная игра	Спортивный зал	

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 25

РАССМОТРЕНО
на заседании МО
протокол № 8
руководитель МО
Баранцев /К.В. Баранцев
от «26» 04 2023г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель
директора по ВВВР
А.С. Позднякова
«26» 04 2023г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ №25



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно - спортивной направленности
«Шахматы»
на 2023 – 2024 учебный год

Возраст обучающихся: 11-13

Срок реализации программы: 1 год

Количество часов: 34 часа

Разработчик программы: Баранцев К.В.,
учитель физической культуры

г. Сургут
2023 г.

ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Полное название дополнительной общеобразовательной программы	Шахматы
Направленность программы	Физкультурно-спортивная
Ф.И.О. педагогического работника, реализующего дополнительную общеобразовательную программу	Баранцев Кирилл Викторович
Год разработки или модификации дополнительной общеобразовательной программы	2023
Где, когда и кем утверждена дополнительная общеобразовательная программа (в случае ее реализации)	Программа рассмотрена на заседании методического совета, протокол №8, дата 26.04.2023
Информация о наличии рецензии (в случае, если таковая имеется)	Нет
Цель дополнительной общеобразовательной программы	создание условий для развития интеллектуально-творческой, одаренной личности через занятия шахматами.
Задачи дополнительной общеобразовательной программы	<p>Обучающие:</p> <ul style="list-style-type: none"> - познакомить с историей шахмат; - обучить правилам игры; - дать учащимся теоретические знания по шахматной игре, ознакомление с правилами проведения соревнований и правилами турнирного поведения; - формировать ключевые компетенции средством игры в шахматы; <p>Развивающие:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать фантазию, логическое и аналитическое мышление, память, внимательность, усидчивость; - развивать интерес к истории происхождения шахмат и творчества шахматных мастеров; - развивать способность анализировать и делать выводы; - сформировать навыки запоминания; - способствовать развитию творческой активности; - способствовать формированию выдержки, критического отношения к себе и к сопернику; <p>Воспитательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитывать уважения к партнёру, самодисциплину, умение владеть собой и добиваться цели; - сформировать правильное поведение во время игры; - воспитывать чувство ответственности и взаимопомощи; - воспитывать целеустремлённость, трудолюбие.
Информация об уровне дополнительной общеобразовательной программы	Базовый уровень

<p>Ожидаемые результаты освоения дополнительной общеобразовательной программы</p>	<p><i>Личностные:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; 2) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; 3) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций; 4) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям. <p><i>Метапредметные:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 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) готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества; 4) овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями. <p><i>Предметные:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) знакомство с происхождением и историей шахмат, их проникновением в европейскую культуру; 2) усвоение значения и возможностей шахматных фигур; 3) освоение правил турнирного боя; 4) освоение начальных тактических приемов игры; 5) получение начальных понятий о шахматной стратегии; 6) обучение разыгрывания простейших шахматных дебютов и решения комбинаций.
<p>Срок реализации дополнительной общеобразовательной программы</p>	<p>34 недель</p>
<p>Количество часов в неделю/год, необходимых для реализации дополнительной общеобразовательной программы</p>	<p>1 час в неделю/34 часа в год</p>
<p>Возраст обучающихся по дополнительной общеобразовательной программе</p>	<p>11-13 лет</p>
<p>Формы занятий</p>	<p>Беседа, игра, практикум, теория, тренинг, викторины, индивидуальные консультации, профессиональные пробы. Изучение, закрепление материала, приходящегося согласно календарно-тематическому планированию</p>

	на дату карантина, проводится в форме самостоятельной работы в домашних условиях с использованием сети Интернет (электронное обучение).
Методическое обеспечение	<ol style="list-style-type: none"> 1. Диагностические методики шахматной игры 2. Видеоролики ситуационных шахматных задач 3. «Шахматная азбука» 4. Справочник «Шахматный учебник»
Условия реализации программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.)	<p>Оборудование для обучающихся:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Комплекты шахмат 2. Шахматные часы <p>Оборудование для педагогов:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Учебный кабинет, оборудованный посадочными местами 2. Магнитная шахматная доска 3. Дидактический материал 4. Персональный компьютер/ноутбук 5. Проектор 6. Интерактивная доска 7. Доступ в Интернет

Аннотация.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Шахматы» относится к физкультурно-спортивной направленности, предназначена для обучающихся 1-13 лет. Программа рассчитана на 1 год обучения (34 часа), 1 час в неделю.

На занятиях ребята осваивают правила игры в шахматы, тактику и стратегию ведения партии, решают задачи на мат короля соперника и играют тренировочные партии между собой. Затем они участвуют в различных турнирах, выполняют спортивные разряды по шахматам, становятся чемпионами и призёрами своей школы, клуба, района и выезжают на областные и общероссийские соревнования.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Шахматы» относится к физкультурно-спортивной направленности, по функциональному предназначению - учебно-познавательная; по форме организации – кружковая; программа является модифицированной.

Современная концепция дополнительного образования во главу угла ставит идею развития личности ребенка, формирование его творческих способностей, воспитание важных личностных качеств. Всему этому и многому другому в значительной степени способствует обучение в игре в шахматы. Ведь игровая деятельность существенно влияет на формирование произвольных психических процессов, в игре у детей развивается произвольное внимание и произвольная память. В условиях игры дети сосредотачиваются лучше и запоминают больше, чем в условиях лабораторных опытов. Игра в шахматы в большей степени способствует тому, что ребенок переходит к мышлению в плане представлений. Игровой опыт ложится в основу особого свойства мышления, позволяющего стать на точку зрения других людей, предвосхитить их будущее поведение и на основе этого строить свое собственное поведение. Игра творит произвольность на доброй воле самого ребенка, организует его чувства, его нравственные качества.

Отличительной особенностью вида спорта шахматы в том, что, шахматы являются одним из популярных видов спорта во всем мире. Спортивную деятельность шахматиста обычно ассоциируют с умственной работой, имеющей яркую эмоциональную окраску. Особенность шахмат, несомненно, оказывает определенное влияние и на систему подготовки, в которой в отличие от других видов спорта центральное место занимает профессиональная шахматная подготовка, а физическая подготовка решает лишь задачи общего характера, например, развитие общей выносливости. Шахматы являются одним из средств развития проявления целеустремленности, самообладания и воли. Отсюда, шахматы представляют собой весьма удобную и работоспособную модель для апробации эффективности различных психолого-педагогических теорий и методических приемов для развития интеллектуального и творческого потенциала ребенка. Занятия шахматами способствуют выработке последовательного логического мышления, умению мыслить самостоятельно и независимо, способности переносить освоенные знания и способы мышления в новую ситуацию.

Актуальность программы и педагогическая целесообразность заключается в том, что учебные занятия способствуют закреплению интереса к игре, развитию творческого мышления юных шахматистов. Шахматы являются одним из средств проявления целеустремленности, самообладания и воли.

Новизна программы. В поэтапном освоении учащимися, предлагаемого курса, что даёт возможность детям с разным уровнем развития освоить те этапы сложности, которые соответствуют их способностям.

Работа основана на индивидуальном подходе к каждому учащемуся при помощи подбора заданий разного уровня сложности. Индивидуальный подход базируется на лично-ориентированном подходе к ребёнку, при помощи создания педагогом

“ситуации успеха” для каждого обучающегося, таким образом это повышает эффективность и результативность образовательного процесса. Подбор заданий осуществляется на основе метода наблюдения педагогом за практической деятельностью учащегося на занятии.

В предлагаемой программе реализуется связь с общим образованием, выраженная в более эффективном и успешном освоении учащимися общеобразовательной программы благодаря развитию личности способной к логическому и аналитическому мышлению, а также настойчивости в достижении цели.

Нормативное правовое обеспечение сферы дополнительного образования

Федеральный уровень:

- Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями).
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года».
- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей» (с изменениями).
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказ Министерства просвещения РФ от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».
- Письмо Министерства просвещения РФ от 07.05.2020 № ВБ-976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий».

Региональный уровень:

- Закон ХМАО – Югры от 01.07.2013 № 68 «Об образовании в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре» (с изменениями).
- Закон ХМАО – Югры № 104-оз от 16.10.2006 «О государственном общественном управлении в сфере дополнительного образования детей, общего и профессионального образования Ханты-Мансийского автономного округа –Югры».
- Приказ Департамента образования и науки Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, Департамента культуры Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, Департамент физической культуры и спорта Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 27.12.2022 № 3081/302/01-09/490 «Об утверждении Плана мероприятий («дорожная карта») по реализации Концепции

развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».

- Приказ Департамента образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 04.08.2016 № 1224 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре» (с изменениями).
- Приказ Департамента образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 30.10.2020 № 10-П-1589 «Об обеспечении персонифицированного учета детей, занимающихся по дополнительным общеобразовательным программам в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре».

Муниципальный уровень:

- Постановление Администрации г. Сургута от 13.12.2013 № 8993 «Об утверждении муниципальной программы «Развитие образования города Сургута на период до 2030 года» (с изменениями и дополнениями).
- Постановление Администрации г. Сургута от 08.11.2016 № 8249 «Об утверждении программы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в городе Сургуте на 2021 – 2025 годы» (с изменениями).
- Постановление Администрации г. Сургута от 08.10.2021 «Об утверждении положения о персонифицированном дополнительном образовании детей в муниципальном образовании городской округ Сургут Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, об организации предоставления сертификатов дополнительного образования».
- Распоряжение Администрации города от 15.10.2018 № 1831 «О внесении изменений в распоряжение Администрации города от 09.06.2016 № 1012 «Об утверждении перечня муниципальных общеобразовательных учреждений, имеющих структурное подразделение без образования юридического лица в виде центра дополнительного образования детей» (с изменениями).
- Приказ департамента образования Администрации города от 19.04.2019 № 12-03-260/9 «Об утверждении плана мероприятий (дорожной карты) по расширению вариативности и повышению качества реализации дополнительных общеобразовательных программ, в том числе адаптированных, в образовательных организациях, подведомственных департаменту образования Администрации города».
- Приказ департамента образования Администрации города от 09.09.2022 № 12-03-715/2 «Об утверждении плана мероприятий опорного центра по дополнительным общеобразовательным программам естественнонаучной и технической направленностей на базе муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования «Технополис».
- Приказ департамента образования Администрации города № 12-03-78/3, департамента культуры и молодежной политики Администрации культуры №

09.02.2023, управления физической культуры и спорта Администрации культуры No 03.03.15/3 от 09.02.2023 «Об утверждении плана мероприятий («дорожная карта») по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этапа (2022-2024), показателей эффективности её реализации в муниципальном образовании городской округ Сургут».

- Приказ департамента образования Администрации города 12-03-669/3, комитета культуры Администрации города 04-03-50/2, управления физической культуры и спорта No 03-03-61/2 от 22.08.2022 «О внедрении механизма зачета общеобразовательными организациями образовательных результатов, полученных учащимися в ходе освоения дополнительных общеобразовательных программ (предпрофессиональных программ и программ спортивной подготовки) на 2022-2024 годы».
- Приказ департамента образования Администрации города No 12-03-148/3, департамента культуры и молодёжной политики Администрации культуры No 45-03-21/3, управления физической культуры и спорта Администрации культуры No 03-03-24/3 от 15.03.2023 «Об апробации технологии зачета результатов освоения обучающимися дополнительных общеобразовательных программ и программ спортивной подготовки при освоении основных общеобразовательных программ».

Цель программы: создание условий для развития интеллектуально-творческой, одаренной личности через занятия шахматами.

Задачи:

Обучающие:

- познакомить с историей шахмат;
- обучить правилам игры;
- дать учащимся теоретические знания по шахматной игре, ознакомление с правилами проведения соревнований и правилами турнирного поведения;
- формировать ключевые компетенции средством игры в шахматы;

Развивающие:

- развивать фантазию, логическое и аналитическое мышление, память, внимательность, усидчивость;
- развивать интерес к истории происхождения шахмат и творчества шахматных мастеров;
- развивать способность анализировать и делать выводы;
- сформировать навыки запоминания;
- способствовать развитию творческой активности;
- способствовать формированию выдержки, критического отношения к себе и к сопернику;

Воспитательные:

- воспитывать уважения к партнёру, самодисциплину, умение владеть собой и добиваться цели;
- сформировать правильное поведение во время игры;
- воспитывать чувство ответственности и взаимопомощи;
- воспитывать целеустремлённость, трудолюбие.

Условия реализации программы

Обучение по данной программе основано на принципах интеграции теоретического обучения с процессами практической, исследовательской, самостоятельной научной деятельности воспитанников и технико-технологического конструирования.

Формы обучения по программе определяются Положением о формах обучения по дополнительным образовательным программам

Теоретические (беседы, лекции, тестирование, просмотр видеоматериалов по спортивной тематике и др.) и практические учебно-тренировочные занятия, контрольные испытания и соревнования разного уровня.

Программа предусматривает три основные формы занятий: теоретическое занятие, практическое занятие, игра на турнире.

Изучение истории шахмат и шахматной теории проводится по группам, по подгруппам и индивидуально.

1. Групповые занятия:

лекция: теоретические вопросы объясняет педагог;

семинар: один или несколько учащихся готовят для выступления доклад на определенную теоретическую тему; группа и преподаватель выступают в роли слушателей и оппонентов;

диалог: "столкновение" двух противоположных точек зрения. Пример: обсуждение дебюта, который, с точки зрения теории Стейница, является неправильным и некорректным, а с точки зрения гипермодернистов – совершенно обоснованным. Учащиеся заранее получают материал к занятию и готовятся к полемике.

2. Занятия по подгруппам: Проводится разбор только что сыгранной партии. При этом остальные учащиеся еще продолжают игру.

3. Индивидуальная работа:

работа с заданиями по тактике;

работа с дебютной картотекой;

работа с литературой во время занятия (с помощью педагога или самостоятельно);

тренировочные партии с преподавателем;

разбор сыгранной партии.

Возраст обучающихся. Программа разработана для детей 11-13 лет. К занятиям допускаются дети, не имеющие медицинских противопоказаний. Группы формируются численностью 15 человек.

Сроки реализации. Данная программа рассчитана на 1 год обучения (34 недели).

Режим занятий. Занятия проводятся 1 раз в неделю, по 1 часу. Общее количество 34 часа, 1 час в неделю.

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Уровень освоения программы: базовый.

Формы и сроки проведения промежуточной и итоговой аттестации.

Для оценки результативности учебных занятий применяется:

Текущий контроль - осуществляется в конце каждого занятия, оценивается качество усвоения и выполнения изучаемых на занятии приемов и шахматных операций; степень самостоятельности, уровень творческой деятельности при решении шахматных задач и упражнений. Формы проверки:

собеседование, упражнения (конкурсы решения шахматных задач, сеансы одновременной игры), творческие задания (составление шахматных задач).

Промежуточный контроль – проводится в конце каждого учебного года (май). Формами промежуточного контроля являются собеседование, тестирование по изученным темам, выполнение контрольных упражнений (решение шахматных задач) и творческих заданий.

Результаты освоения программы

По итогам реализации программы «Шахматы» ожидаются следующие результаты.

1. Личностные:

- развитие навыков коммуникативного общения учащихся со сверстниками и педагогами;

- развитие мотивации познавательных интересов;

- развитие самооценки собственной творческой и интеллектуальной деятельности;

-творческое самоопределение и самоутверждение в процессе участия в соревнованиях на уровне учреждения и муниципалитета;
-формирование творческого портфолио.

Участники программы:

1. должны знать:

-происхождение и историю возникновения шахмат;
-шахматные термины: белое и черное поле, горизонталь, вертикаль, диагональ, центр, партнеры, начальное положение, белые, черные, ход, взятие, стоять под боем, взятие на проходе, длинная и короткая рокировка, шах, мат, пат, ничья;
-названия шахматных фигур: ладья, слон, ферзь, конь, пешка, король; правила хода и взятия каждой фигуры;
-правила игры в шахматы;
-тактические приемы игры;
-основы шахматной стратегии;
-простейшие окончания эндшпиля;
-задачи, принципы и правила разыгрывания дебюта
-принципы игры в дебюте;
-основные тактические приемы.

2. должны уметь:

-играть каждой фигурой в отдельности и в совокупности с другими фигурами без нарушений правил шахматного кодекса;
-рокировать;
-объявлять шах;
-ставить мат;
-записывать шахматную партию;
-матовать одинокого короля двумя ладьями, ферзем и ладьей, королем и ферзем, королем и ладьей;
-грамотно располагать шахматные фигуры в дебюте;
-находить несложные тактические удары и проводить комбинации.

3. Метапредметные:

-повышение интереса к шахматам как спортивной игре интеллектуального направления;
-повышение интереса к наукам, связанным с решением шахматных задач: математике, информатике;
-развитие навыков работы с бумажными, электронными и Интернет-ресурсами.

Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной программы:

Условия реализации программы

Методическое обеспечение программы

1. Диагностические методики шахматной игры
2. Видеоролики ситуационных шахматных задач
3. Шахматная азбука
4. Справочник «Шахматный учебник» в электронном виде

Материально-техническое обеспечение программы

1. Оборудование учебного кабинета: посадочные места по количеству обучающихся, рабочее место преподавателя.
2. Технические средства обучения: компьютер с лицензионным программным обеспечением и мультимедиа проектор.

Учебный план

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Теоретические основы и правила шахматной игры	14	7	7	-
1.1	Введение	1	1	0	Входной контроль
1.2	Базовые понятия шахматной игры	5	1	4	Входной контроль
1.3	Ходы шахматных фигур	3	2	1	Текущий контроль
1.4	Сущность игры в шахматы	5	3	2	Текущий контроль
2	Практико-соревновательная деятельность	20	6	14	-
2.1	Основы записи	6	3	3	Текущий контроль
2.2	Квалификационный турнир безразрядников	4	1	3	Текущий контроль
2.3	Завершение игры	5	1	4	Текущий контроль
2.4	Учебно-массовые мероприятия	4	1	3	Текущий контроль
2.5	Итоговое занятие	1	0	1	Итоговый контроль
Всего:		34	13	21	-

Содержание программы:

Раздел 1. Теоретические основы и правила шахматной игры (14 ч.)

Теоретическое обучение

Введение. Знакомство с историей шахмат, инструктаж ТБ.

Базовые понятия шахматной игры. Знакомство с шахматным королевством. Шахматная доска. Белые и черные поля. Горизонталь, вертикаль, диагональ. Центр шахматной доски. Понятие «шахматная доска», «шахматное поле», «партнеры» Расположение доски между партнерами. Разновидности досок. Центр доски. Количество полей в центре. Понятие «Шахматная диаграмма».

Ходы шахматных фигур. Знакомство с названиями шахматных фигур. Чтение и инсценировка дидактической сказки «Шахматный теремок». Белые фигуры. Черные фигуры. Пешка ферзь, ладья, слон, ферзь, конь, король.

Практическое обучение

Сущность игры в шахматы. Предусматривает дидактические игры и игровые задания.

Раздел 2. Практико-соревновательная деятельность (20 ч.)

Теоретическое обучение

Основы записи. Система записи партии, обозначение фигуры и клетки.

Завершение игры. Изучение тактики и стратегии завершения шахматной партии.

Практическое обучение

Квалификационный турнир безразрядников. Проведение учебных игр с дальнейшим разбором действий соперника.

Учебно-массовые мероприятия. Учебные игры, шахматных турнирах и олимпиадах.

Итоговое занятие. Подведение итогов учебного года, контрольная проверка знаний.

Календарный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1	01.09.2023 г.	31.05.2024 г.	34	34	1 занятие по 40 минут

Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения	Тема занятия	Кол-во часов	Место проведения занятия	Форма контроля
1	09			Введение	1	Учебный кабинет	Входной контроль
2	09			Базовые понятия шахматной игры	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
3	09			Базовые понятия шахматной игры	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
4	09			Ходы шахматных фигур	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
5	10			Сущность игры в шахматы	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
6	10			Сущность игры в шахматы	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
7	10			Турнирные правила	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
8	10			Турнирные правила	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
9	11			Начало игры	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
10	11			Начало игры	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
11	11			Начало игры	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
12	11			Простейшие тактические приёмы	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
13	12			Простейшие тактические приёмы	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
14	12			Простейшие тактические приёмы	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
15	12			Основы записи	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
16	12			Основы записи	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
17	01			Основы записи	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
18	01			Основы записи	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
19	01			Квалификационный турнир безразрядников	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
20	01			Квалификационный турнир безразрядников	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
21	02			Квалификационный турнир безразрядников	1	Учебный кабинет	Текущий контроль

22	02			Квалификационный турнир безразрядников	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
23	02			Квалификационный турнир безразрядников	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
24	02			Квалификационный турнир безразрядников	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
25	03			Игровое занятие	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
26	03			Игровое занятие	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
27	03			Игровое занятие	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
28	03			Завершение игры	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
29	04			Завершение игры	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
30	04			Завершение игры	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
31	04			Учебно-массовые мероприятия	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
32	04			Учебно-массовые мероприятия	1	Учебный кабинет	Текущий контроль
33	05			Итоговое занятие	1	Учебный кабинет	Итоговый контроль
34	05			Итоговое Занятие	1	Учебный кабинет	Итоговый контроль

Список литературы Рекомендуемая литература для учащихся

1. Авербах, Ю. Л. Жизнь шахматиста в шахматной системе. Воспоминания гроссмейстера / Ю.Л. Авербах. - М.: Человек, 2012. - 320 с.
2. Гулиев, С. РШД.ВШМ.Владимир Крамник.Избранные партии 14-го чемпионата мира по шахматам / С. Гулиев. - Москва: Мир, 2015. - 343 с.
3. Селезнев, Алексей 100 шахматных этюдов. Практикум по эндшпилю / Алексей Селезнев. - Москва: Гостехиздат, 2013. - 104 с
4. Халифман, А. Дебют / А. Халифман. - М.: Гарде, **2016**. - **235** с.
5. Юдович, М. Занимательные шахматы / М. Юдович. - М.: Физкультура и спорт, **2012**. - 232 с.
6. Шевченко, С. «Белая ладья» служит детям [Текст] : [Из опыта работы Дворца шахмат « Белая ладья « г. Славянска-на Кубани] / С. Шевченко // Нар. образование. - 2016. - N 2. - С. 73-73

Рекомендуемая литература для педагога

1. Васильков, Владимир Иванович. Шахматная школа Анатолия Карпова [Текст] : метод. руководство к видеопособию для педагогов, тренеров и родителей / В.И. Васильков, С.В. Барканов, В.И. Краюшкин; Под общ. ред. А. Карпова. - М. : Просвещение, 2013. - 44,[3] с.
2. Владимиров, Яков Георгиевич. Укрощение шахматного Пегаса [Текст] : избр. задачи / Я.Г. Владимиров. - М. : Б.и., 1996. – 159 с.
3. Гайнулина, В. М. О шахматах и педагогике - с любовью и надеждой / В. М. Гайнулина. // Педагогика. - 20017г. № 10. - С.98-109
4. Князева, В. В. Для чего школе шахматы? [Текст] : [Шахматы как учеб. предмет в сред. шк.: О воздействие шахмат. игры на успешность обучения] / В.В. Князева // Мир образования. - 2018. - N 3. - С. 27-29
5. Попова, М. 30 шахматных уроков [Текст] : пособие для начинающих шахматистов / М. Попова, В Манаенков ; Тул. Дворец дет. и юнош. творчества. - Тула : Б.и., 2014. – 92 с.

Электронные ресурсы

1. Шахматный клуб
<https://www.chess.com/>
2. База шахматных дебютов
<https://chess-land.com/modules.php?name=debuts>
3. Шахматы онлайн
<https://lichess.org/?any/>

Вопросы для проведения итоговой аттестации
по программе дополнительного образования «Шахматы»

Задание: ответить на вопросы теста

1. Какая страна большинством исследователей считается родиной шахмат?
 - а) Индия
 - б) Китай
 - в) Япония

2. Сколько клеток на шахматной доске?
 - а) 32
 - б) 128
 - в) 64

3. Что означает слово «шахматы» в переводе с персидского языка?
 - а) шах умер
 - б) шах взят в плен
 - в) шах, потерявший шанс

4. Как называется нападение на короля?
 - а) мат
 - б) пат
 - в) шах

5. Каковы размеры стандартной шахматной доски?
 - а) 16x16 клеток
 - б) 10x10 клеток
 - в) 8x8 клеток

6. Чему равна материальная ценность ферзя?
 - а) примерно девяти пешкам
 - б) примерно половине короля
 - в) двум ладьям и двум коням

7. Сколько пешек присутствует в начале игры на стандартной шахматной доске?
 - а) восемь
 - б) шестнадцать
 - в) двадцать две

8. Соответствует ли правилам игры утверждение «Король ходит на расстояние 1 по вертикали, горизонтали или диагонали»?
 - а) да
 - б) нет

9. Сколько раз в течение партии можно произвести рокировку, согласно правилам?
 - а) один
 - б) два
 - в) три

10. Какого вида мата не существует?

а) линейный

б) взрослый

в) детский

Вопросы для проведения итоговой аттестации
по программе дополнительного образования «Шахматы»

Задание: ответить на вопросы теста

1. Какое звание является высшим в шахматах?
 - а) мастер спорта
 - б) гроссмейстер
 - в) ФИДЕ

2. Сколько горизонталей на шахматной доске?
 - а) 16
 - б) 8
 - в) 32

3. Как называются косые ряды полей на шахматной доске?
 - а) диагонали
 - б) диаграммы
 - в) вертикали

4. Какая фигура всегда ходит только на одно поле?
 - а) пешка
 - б) слон
 - в) ладья

5. Каковы размеры стандартной шахматной доски?
 - а) 16x16 клеток
 - б) 8x8 клеток
 - в) 10x10 клеток

6. Какая самая ценная фигура в шахматном войске?
 - а) слон
 - б) ладья
 - в) ферзь

7. Как называется «ничья» в шахматах?
 - а) кат
 - б) бат
 - в) пат

8. Какой может быть рокировка?
 - а) длинная, короткая
 - б) узкая, широкая
 - в) большая, средняя

9. В какую шахматную фигуру не может превратиться пешка?
 - а) король
 - б) ферзь
 - в) слон

10. Как называется запись шахматной партии?

- а) дневник
- б) запись
- в) нотация

Эталоны ответов на контрольные вопросы
по программе дополнительного образования «Шахматы»

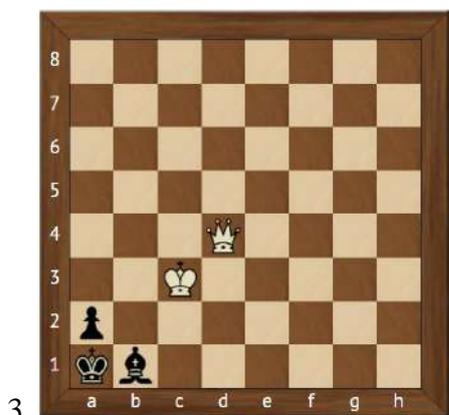
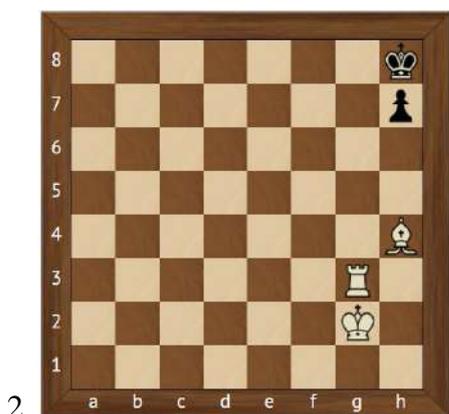
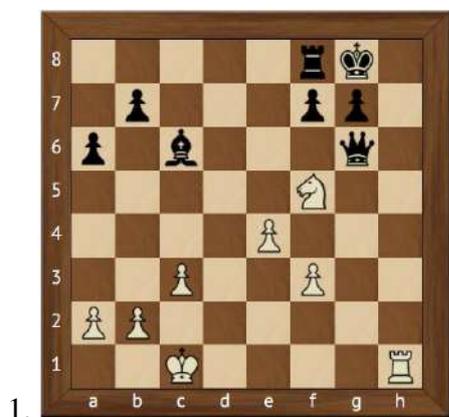
№ п/п	I вариант	II вариант
1	а	а
2	в	б
3	а	а
4	в	а
5	в	б
6	а	в
7	б	в
8	а	а
9	а	а
10	б	в

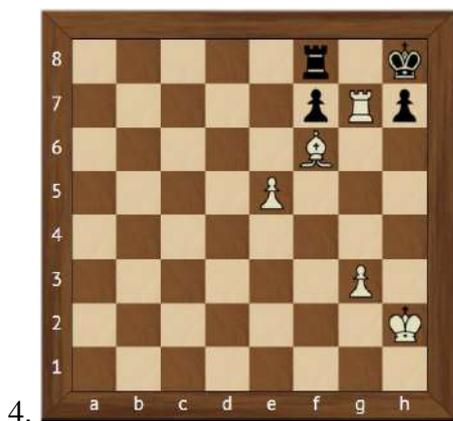
Критерии оценки:

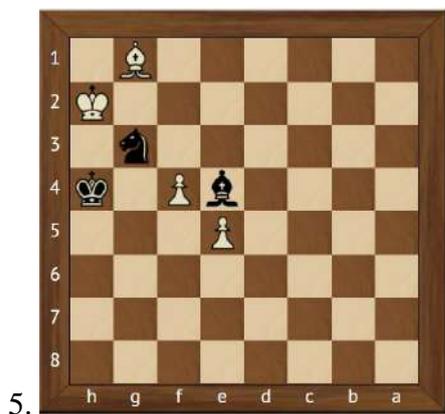
- «высокий уровень» - 9 – 10 баллов
 - «средний уровень» - 6 – 8 баллов
 - «низкий уровень» - 5 баллов и менее
- 1 балл - правильный ответ на вопрос

Приложение 3.

Задание: Поставить мат в 1 ход, начинают белые. Записать выполненный ход по принципу шахматной нотации в строку, расположенное рядом с шахматной доской. Каждое правильное решение оценивается в 2 балла.







Эталоны ответов на контрольные вопросы по программе дополнительного образования «Шахматы»

№ п/п	Ответ
1	Kf5-e7
2	Ch4-f6
3	Kpc3-b3
4	Lg7-g5
5	Kg3-f1

Критерии оценки практической части:
 «высокий уровень» - 10 баллов;
 «средний уровень» - 8 - 6 баллов;
 «низкий уровень» - 4 и менее баллов.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 25

РАССМОТРЕНО
на заседании МО
протокол № 8
руководитель МО
К.В. Баранцев
от «27» сентября 2022г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель
директора по ВВВР
А.С. Позднякова
«28» сентября 2022г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно - спортивной направленности
«Спортивные игры»
на 2022 – 2023 учебный год

Возраст обучающихся: 9-11 лет

Срок реализации программы: 1 год

Количество часов: 68 часов

Разработчик программы: Баранцев К.В.,
учитель физической культуры

г. Сургут
2022 г.

ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Наименование образовательной организации: Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя школа № 25

Название программы	Спортивные игры
Направленность программы	Физкультурно-спортивная
Ф.И.О. педагога, реализующего дополнительную общеобразовательную программу	Баранцев К.В.
Год разработки	2022
Где, когда и кем утверждена дополнительная общеобразовательная программа	Протокол педагогического совета №8 от 28.04.2022г.
Уровень программы	стартовый
Информация о наличии рецензии	нет
Цель	Систематическое вовлечение учащихся в двигательную деятельность. Укреплять здоровье и способствовать всестороннему физическому развитию. Совершенствование игрового навыка. Заполнение свободного времени тренировками, что отвлекает их от вредных привычек.
Задачи	1. Укреплять здоровье и закалять организм; 2. Повышать уровень общей физической подготовленности; 3. Развивать специальные физические способности; 4. Обучать основам техники и тактики игры; 5. Воспитать волю, смелость, настойчивость, дисциплинированность, коллективизм, навыкам культуры поведения, чувства дружбы; 6. Прививать организаторские навыки.
Ожидаемые результаты освоения программы	Ученик будет знать : <ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Правила игры в баскетбол, волейбол, футбол. • Тактические приемы в баскетболе, волейболе, футболе. Уметь : <ul style="list-style-type: none"> • Овладеть основными техническими приемами баскетболиста, волейболиста. • Проводить судейство матча. • Проводить разминку, организовать проведение подвижных игр. Учащиеся будут уметь демонстрировать : <ul style="list-style-type: none"> • Воспитать стремление к здоровому образу жизни.

	<ul style="list-style-type: none"> • Повысить общую и специальную выносливость обучающихся. • Развить коммуникабельность обучающихся, умение работать и жить в коллективе. • Развить чувство патриотизма к своему виду спорта, к родной школе, городу, стране.
Срок реализации программы	2022-2023
Количество часов в неделю / год	68 часов
Возраст обучающихся	8-11 лет
Формы занятий	<p><u>Форма организации детей на занятии:</u> Групповая с организацией индивидуально-дифференцированных форм работы внутри группы, подгрупповая, теоретические занятия, беседы, инструкторская и судейская практика.</p> <p><u>Форма проведения занятий:</u> практическое, комбинированное, соревновательное.</p> <p><u>Форма и способы фиксации результатов:</u> - дневник достижений, учащихся; - портфолио учащихся.</p>
Условия реализации программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.)	спортивный зал №1, баскетбольные, набивные мячи, баскетбольные кольца, волейбольные мячи, футбольные мячи, теннисные мячи, конусы.

Аннотация к программе

Автор-составитель: Баранцев Кирилл Викторович

Срок реализации программы: 1 год

Возраст учащихся: 8-11 лет

Направленность программы – физкультурно – спортивная

Уровень усвоения программы - стартовый

Программа предусматривает: содействие гармоничному физическому развитию, всесторонней физической подготовки, укреплению здоровья учащихся; привитие потребности к систематическим занятиям физкультурой; подготовку и выполнение нормативов комплекса физической подготовленности; организаторов спортивно-массовой работы (инструкторов).

Программа рассчитана на 1 год.

В программу входит 3 модуля подготовки: баскетбол, волейбол, футбол.

Программа рассчитана на 68 часов. Модуль по баскетболу рассчитан на 24 часа, модуль по волейболу на 22 часа и модуль по футболу на 22 часа. В каждый модуль входит теоретическая и техническая подготовка обучающегося.

Пояснительная записка

Нормативно - правовую основу разработки дополнительной общеразвивающей программы (далее - программа) составляют:

- Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями);
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р «Концепция развития дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями от 30.09.2020).
- Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
- Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития систем дополнительного образования детей».

Программа дополнительного образования учащихся «Спортивные игры» составлена на основе примерной программы для учащихся 2-5 классов с углубленным изучением предмета «Физическая культура» под редакцией А.Т.Паршикова.

Программа предусматривает: содействие гармоничному физическому развитию, всесторонней физической подготовки, укреплению здоровья учащихся; привитие потребности к систематическим занятиям физкультурой; подготовку и выполнение нормативов комплекса физической подготовленности; организаторов спортивно-массовой работы (инструкторов).

Направленность дополнительной общеобразовательной программы – физкультурно-спортивная.

Уровень усвоения программы - стартовый

Актуальность программы. В программе осуществляется физкультурно-оздоровительная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники выбранного вида спорта, выбор спортивной специализации и выполнение контрольных нормативов.

Отличительные особенности данной программы от уже существующей в этой области заключаются в том, что она предназначена для обучающихся, которые должны освоить программу за 68 часов. Программа ориентирована на применение широкого комплекса форм и методов проведения занятий. Программа рассчитана на 34 недели обучения. В структуру программы входят три блока: теория, практика и контрольные испытания. Учебный материал распределён с учётом специфики вида спорта. Программа разбита на три модуля спортивной подготовки. Первый модуль – это баскетбол, где входит теоретическая подготовка, техническая подготовка и общеразвивающая подготовка. Второй модуль волейбол. Во второй модуль входит теоретическая и техническая подготовка обучающегося. Третий модуль футбол. Входит теоретическая и техническая подготовка обучающегося

Адресат программы - обучающиеся 2-5 классов

Объем программы –68 часов за один учебный год, по 2 часа в неделю.

Формы обучения и виды занятий:

основными формами определяются тренером-преподавателем самостоятельно в зависимости от особенностей материала, от возрастных особенностей организма, занимающихся и др. Можно выделить три основные группы форм занятий:

- по количеству занимающихся, участвующих в занятии целесообразно применять групповую форму работы;
- по особенностям коммуникативного взаимодействия тренера-преподавателя и детей основными формами учебно-тренировочной работы в школе являются: групповые занятия; теоретические занятия (в форме бесед, лекций, просмотра и анализа учебных кинофильмов, CD дисков, просмотра записи соревнований);
- занятия в условиях спортивно-оздоровительного лагеря, медико-восстановительные мероприятия; культурно-массовые мероприятия, участие в конкурсах и смотрах.

Срок освоения программы – 1год.

Цель образовательной программы

Цель программы «Спортивные игры»:

Систематическое вовлечение учащихся в двигательную деятельность.

Укреплять здоровье и способствовать всестороннему физическому развитию. Совершенствование игрового навыка. Заполнение свободного времени тренировками, что отвлекает их от вредных привычек.

Задачи:

1. Укреплять здоровье и закаливать организм;
2. Повышать уровень общей физической подготовленности;
3. Развивать специальные физические способности;
4. Обучать основам техники и тактики игры;
5. Воспитать волю, смелость, настойчивость, дисциплинированность, коллективизм, навыкам культуры поведения, чувства дружбы;
6. Прививать организаторские навыки.

Программа «Спортивные игры» рассчитана на школьников 8-11 лет. Она предусматривает проведение теоретических, практических занятий, выполнение учащимися контрольных нормативов, участие в соревнованиях.

Сроки реализации программы «Спортивные игры» - один год.

Занятия в этих группах проводятся 2 раза в неделю, с недельной нагрузкой 1 час, курс рассчитан на 68 часов в год.

Практические занятия различают по направленности: однонаправленные (посвящены одному из видов подготовки: технической, тактической, физической), комбинированные (включают материал 2-3 видов в различных сочетаниях), игровые (игровая тренировка, двухсторонняя игра, игровой фрагмент).

Ожидаемые результаты

К моменту завершения программы обучающиеся должны :

Знать

- Основы знаний о здоровом образе жизни.
- Правила игры в баскетбол, волейбол, футбол.
- Тактические приемы в баскетболе, волейболе, футбол.

Уметь

- Владеть основными техническими приемами баскетболиста, волейболиста, футбола.
- Проводить судейство матча.

- Проводить разминку, организовать проведение подвижных игр.

Развить качества личности

- Воспитать стремление к здоровому образу жизни.
- Повысить общую и специальную выносливость обучающихся.
- Развить коммуникабельность обучающихся, умение работать и жить в коллективе.
- Развить чувство патриотизма к своему виду спорта, к родной школе, городу, стране.

Способы проверки образовательной программы:

- повседневное систематическое наблюдение;
- участие в спортивных соревнованиях;
- участие в товарищеских встречах.

**Информационная справка об особенностях реализации УТП
в 2022/2023 учебном году:**

Общий срок реализации исходной программы (количество лет)	1 год
Год обучения (первый, второй и т.д.)	первый
Возраст занимающиеся	8-11
Количество занимающихся в группе в текущем учебном году	15-20
Количество часов в неделю	2 часа
Общее количество часов в год	68 часов

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Наименование разделов и тем	Общее количество часов	Теория	Практика	Форма контроля
Модуль 1. Баскетбол					
1	Теоретическая подготовка	3	3	0	
1.1	История развития баскетбола	1	1	0	
1.2	Гигиена баскетболиста	1	1	0	
1.3	Техника безопасности	1	1	0	Беседа
2	Техническая подготовка	17	3	14	Сдача нормативов
2.1	Специальные технические приемы	17	1	14	
2.2	Терминология и судейские жесты	3	2	0	
4	Общая физическая подготовка	4	0	4	Сдача нормативов
	Итого по модулю	24	6	18	
Модуль 2. Волейбол					
1	Теоретическая подготовка	3	3	0	
1.1	Техника безопасности при занятиях волейболом	1	1	0	

1.2	Гигиенические требования к занимающимся	1	1	0	
1.3	Правила по волейболу	1	1	0	
2	Техническая подготовка	19	0	19	Сдача нормативов
	Итого по модулю	22	3	19	
Модуль 3. Футбол					
1	Теоретическая подготовка	3	3	0	
1.1	Техника безопасности при занятиях футболом	1	1	0	
1.2	Гигиенические требования к занимающимся	1	1	0	
1.3	Правила по футболу	1	1	0	
2	Техническая подготовка	19	0	19	
	Итого по модулю	22	3	19	Сдача нормативов
	Итого	68	12	56	

Содержание данной программы рассчитано на систему двухразовых занятий в неделю продолжительностью 40 минут, а также структурировано по видам спортивной подготовки: теоретической, физической, технической и тактической.

Особое внимание на занятиях необходимо уделять развитию таких физических качеств, как прыгучесть, быстрота, выносливость, координация, при этом чередуя напряжение с расслаблением мышц, делая паузы для отдыха, обращая особое внимание на дыхание занимающихся (глубокое, ритмичное, без задержки). На занятиях целесообразно применять соревновательный метод (эстафеты, подвижные игры), технические приемы изучать в сочетании с выработкой тактических умений.

Данная программа содержит материал теоретических и практических занятий.

Модуль 1. Баскетбол

История развития баскетбола

Характеристика баскетбола как средства физического воспитания молодежи. История возникновения баскетбола. Развитие баскетбола в России и за рубежом. Крупнейшие соревнования по баскетболу в России и в мире.

Гигиена баскетболиста

Понятие о гигиене и санитарии. Общие представления об основных системах энергообеспечения человека. Дыхание. Значение дыхания для жизнедеятельности организма. Понятие о рациональном питании. Значение витаминов и минеральных солей. Режим питания. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Правильный режим дня для спортсмена, вредные привычки - курение, употребление спиртных напитков. Профилактика вредных привычек.

Теоретическая подготовка

Включает вопросы истории и современного состояния баскетбола, правил соревнований по баскетболу, техники безопасности, а также вопросы, связанные с гигиеническими требованиями. Теоретические занятия проводятся в форме 15-ти минутных бесед в процессе практических занятий, а также в форме отдельного занятия.

Практические занятия должны быть разнообразными и эмоциональными. Содержание видов спортивной подготовки определено исходя из содержания примерной федеральной программы (Матвеев А.П., 2005). При этом большое внимание уделяется упражнениям специальной физической подготовки баскетболиста и тактико-техническим действиям баскетболиста. Физическая подготовка дифференцирована на упражнения общей и специальной подготовки.

Техническая подготовка

Включает упражнения без мяча и с мячом. В состав упражнений с мячом входят передача, прием, ведение и броски по кольцу. Тактические действия включают действия (индивидуальные и командные) игрока в нападении и защите.

Кроме того, в программе представлены контрольные тесты для занимающихся по физической и технической подготовленности, а также методическое обеспечение и литература. Учитель, исходя из целей, условий, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся, потребностей работы секции, может изменять продолжительность занятия и распределение времени. Тестирование уровня технической подготовленности проводится по контрольным упражнениям, представленным в методическом пособии В.Т. Чичикина, П.В. Игнатьева «Проектирование учебного процесса по физической культуре в общеобразовательном учреждении» (НГЦ, Н. Новгород, 2005). Тестирование уровня физической подготовленности занимающихся проводится по региональным тестам в начале и в конце учебного года с их последующим анализом и представлением, занимающимся. Содержательное обеспечение разделов программы.

Общая физическая подготовка

Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения. Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие.

Силовые упражнения: упражнения с отягощением для рук и для ног. Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза. Упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Упражнения на гимнастических снарядах. Акробатические упражнения: перекаты, кувырки, стойки. Спортивные игры: баскетбол, футбол. Подвижные игры и эстафеты.

Специальная физическая подготовка

Развитие прыгучести средствами баскетбола. Упражнения с набивными и теннисными мячами, развитие быстроты реакции, наблюдательности, координации. Смена игровых действий и перемещений по сигналу тренера. Игры и эстафеты с препятствиями. Контрольные игры и судейская практика. Соревнования между группами. Судейство во время товарищеских игр: ведение протокола, выполнение обязанностей первого и второго судей, судей на линии. Соревнования. Участие в соревнованиях различного уровня. Судейство во время игры.

Планируемые результаты

обучающийся будет **знать**:

- основные линии на площадке;
- основные правила игры в баскетбол;
- гигиенические требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями;
- способы подсчета пульса;
- способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями.

уметь:

- выполнять передачу мяча одной рукой снизу, передачу мяча одной рукой сбоку;

- выполнять приемы обыгрывания защитника: вышагивание, скрестный шаг, поворот, перевод мяча перед собой;
- выполнять броски одной и двумя руками в прыжке, броски мяча после двух шагов и в прыжке с близкого расстояния и среднего, броски мяча в корзину со средних и дальних дистанций одной и двумя руками от головы, штрафной бросок одной и двумя руками от головы;
- владеть приемами вырывания и выбивания, перехвата, накрывание;
- применять в игре командное нападение.

будет уметь демонстрировать:

- броски по кольцу с расстояния 1 м;
- броски со средних и дальних дистанций;
- броски по кольцу после ведения;
- передачи мяча в парах;
- передачи мяча в движении;
- обводка стоек;
- передача и ловля мяча от стены за 30 сек;
- штрафной бросок.

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
Быстрота	Бег на 20 м (сек.)	
	не более 4,5	не более 4,7
	Скоростное ведение мяча 20 м (сек.)	
	не более 11,0	не более 11,4
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (см)	
	не менее 130	не менее 115

Модуль 2. Волейбол

История развития волейбола

Вид спорта, командная спортивная игра, в процессе которой две команды соревнуются на специальной площадке, разделённой сеткой, стремясь направить мяч на сторону соперника таким образом, чтобы он приземлился на площадке противника (*добить до пола*), либо чтобы игрок защищающейся команды допустил ошибку. При этом для организации атаки игрокам одной команды разрешается не более трёх касаний мяча подряд (в дополнение к касанию на блоке).

Волейбол — неконтактный, комбинационный вид спорта, где каждый игрок имеет строгую специализацию на площадке. Важнейшими качествами для игроков в волейбол являются прыгучесть для возможности высоко подняться над сеткой, реакция, координация, физическая сила для эффективного произведения атакующих ударов.

Изобретателем волейбола считается Уильям Дж. Морган, преподаватель физического воспитания колледжа Ассоциации молодых христиан (YMCA) в городе Холиоке (штат Массачусетс, США). В 1895 году в спортивном зале он подвесил теннисную сетку на высоте 198 см, и его ученики, число которых на площадке не ограничивалось, стали перебрасывать через неё баскетбольный мяч. Морган назвал новую игру «минтонет». Позже игра демонстрировалась на конференции колледжей ассоциации молодых христиан в Спрингфилде и по предложению профессора Альфреда Т. Хальстеда получила новое название — «волейбол». В 1897 году в США были опубликованы первые правила волейбола: размер площадки 7,6×15,1 м (25 x 50 футов), высота сетки 198 см (6,5 фута), мяч окружностью 63,5—68,5 см (25—27 дюймов) и массой

340 г, количество игроков на площадке и касаний мяча не регламентировалось, очко засчитывалось только при собственной подаче, при неудачной подаче её можно было повторить, играли до 21 очка в партии.

Гигиена волейболиста

Понятие о гигиене и санитарии. Общие представления об основных системах энергообеспечения человека. Дыхание. Значение дыхания для жизнедеятельности организма. Понятие о рациональном питании. Значение витаминов и минеральных солей. Режим питания. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Правильный режим дня для спортсмена, вредные привычки - курение, употребление спиртных напитков. Профилактика вредных привычек

Техническая подготовка

Овладение техникой передвижения и стоек. Стойка игрока (исходные положения). Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Перемещения переставными шагами: лицом, правым, левым боком вперед. Сочетание способов перемещений. Овладение техникой приема и передач мяча сверху двумя руками; передача мяча, подвешенного на шнуре; с собственного подбрасывания; с набрасывания партнера; в различных направлениях на месте после перемещения; передачи в парах; отбивание мяча кулаком через сетку в непосредственной близости от нее; с собственного подбрасывания; подброшенного партнером – с места и после приземления. Прием и передача мяча снизу, прием и передача мяча двумя руками сверху (на месте и в движении приставными шагами). Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Прием мяча на задней линии. Передача двумя руками сверху на месте. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Прием мяча снизу в группе. Овладение техникой подачи: нижняя прямая подача; через сетку; подача в стенку, через сетку с расстояния 9 м; подача через сетку из-за лицевой линии; подача нижняя боковая. Нападающие удары. Прямой нападающий удар сильнейшей рукой (овладение режимом разбега, прыжок вверх толчком двух ног: с места, с 1, 2, 3 шагов разбега, удар кистью по мячу). Овладение техникой подачи. Нижняя прямая подача 3-6 м. нижняя прямая подача. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой.

Планируемые результаты освоения курса «Волейбол».

Личностные результаты:

- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;

- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;

- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Первый уровень: усвоение школьником социально значимых знаний. Это в первую очередь знание норм и традиций того общества, в котором он живёт. Знание об истории волейбола и развития его в нашей стране.

Второй уровень: развитие социально значимых отношений. Формировать положительное отношение к систематическим занятиям волейболом. Учить взаимоотношению в команде. Развивать чувство патриотизма, любви к Родине и физическому труду. Учить ценить своё здоровье и неприязнь к вредным привычкам.

Третий уровень: приобретение школьником опыта осуществления социально значимых действий. Понимать роль волейбола в укреплении здоровья. Научить школьников самостоятельно составлять свой режим дня и график тренировок. Уметь самостоятельно подбирать упражнения для своего физического развития.

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;

- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

Учащиеся научатся:

Следовать при выполнении задания инструкциям учителя понимать цель выполняемых действий различать подвижные и спортивные игры

Учащиеся получают возможность научиться:

Принимать решения, связанные с игровыми действиями;
 Взаимодействовать друг с другом на площадке, договариваться и приходить к общему решению, работая в паре.

Предметные результаты:

- формирование знаний о волейболе и его роли в укреплении здоровья;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития
- иметь представление об истории развития волейбола в России; о правилах личной гигиены, профилактики травматизма
- технически правильно выполнять двигательные действия в волейболе.

Данная программа делает акцент на формирование у учащихся активистской культуры здоровья и предполагает:

потребность в систематических занятиях спортом, регулярном участии в спортивных соревнованиях, стремление показывать, как можно более высокие результаты на соревнованиях;

умение использовать полученные знания для успешного выступления на соревнованиях; спортивный образ (стиль) жизни, предусматривающий активные занятия спортом и регулярное участие в спортивных соревнованиях;

стремление индивида вовлечь в занятия волейболом свое ближайшее окружение (семью, друзей, коллег и т.д.).

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки

№ п/п	Содержание требований (вид испытаний)	Девочки	Мальчики
1	Бег 30 м с высокого старта (с)	5,0	4,9
2	Бег 30 м (6x5) (с)	11,9	11,2
3	Прыжок в длину с места (см)	150	170
4	Прыжок вверх, отталкиваясь двумя ногами с разбега (см)	35	45
5	Метание набивного мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками: сидя (м) в прыжке с места (м)	5,0 7,5	6,0 9,5

Модуль 3. Футбол

История развития футбола

Самый популярный командный вид спорта в мире, целью в котором является забить мяч в ворота соперника большее число раз, чем это сделает команда соперника в установленное время. Мяч в ворота можно забивать ногами или любыми другими частями тела (кроме рук).

Точной даты возникновения футбола не известно, но можно с уверенностью сказать, что история футбола насчитывает не одно столетие и затронула немало стран. Игры с мячом были популярны на всех континентах, об этом говорят повсеместные находки археологов. В Древнем Китае существовала игра, известная как «Цуцзюй», упоминания о которой были датированы вторым веком до нашей эры. По заявлению ФИФА в 2004 году, именно она считается наиболее древней из предшественников современного футбола.

В Японии подобная игра носила название «Кемари» (в некоторых источниках «Кенатт»). Первое упоминание о Кемари встречается в 644 году нашей эры. В Кэмари играют и в наше время в синтоистских святилищах во время фестивалей. В Австралии мячи делали из шкур крыс, мочевых пузырей крупных животных, из скрученных волос. К сожалению, правил игры не сохранилось. В Северной Америке тоже был предок футбола, игра называлась «pasuckuakohowog», что означает «они собрались, чтобы поиграть в мяч ногами». Обычно игры проходили на пляжах, мяч пытались забить в ворота шириной около полумили, само же поле было в два раз длиннее. Число участников игры доходило до 1000 человек.

Гигиена футболиста

Понятие о гигиене и санитарии. Общие представления об основных системах энергообеспечения человека. Дыхание. Значение дыхания для жизнедеятельности организма. Понятие о рациональном питании. Значение витаминов и минеральных солей. Режим питания. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Правильный режим дня для спортсмена, вредные привычки - курение, употребление спиртных напитков. Профилактика вредных привычек.

Техническая подготовка

Удары по мячу ногой. Удары подъемом (внешней, внутренней частью и серединой), стопой (внутренней и внешней стороной) по неподвижному, катящемуся, прыгающему и летящему мячу. Удары пяткой (назад) по катящемуся мячу. Резаные удары (внутренней и внешней частью подъема по катящемуся вперед, навстречу и сбоку мячу). Удары с полуплета (всеми способами). Удары по мячу головой. Удары серединой и боковой частью лба без прыжка и в прыжке с разбега по летящему с различной скоростью и траекторией мячу. Удары вниз и верхом, вперед, в стороны и назад (по ходу полета мяча), посылая мяч на короткое и среднее расстояние с пассивным и активным сопротивлением, с оценкой тактической обстановки перед выполнением удара. Резаные удары боковой частью лба. Перевод мяча лбом. Удары на точность.

Остановка мяча.

Остановка подошвой, внутренней и внешней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча с поворотом на 90° (в зависимости от расположения игроков противника и создавшейся игровой обстановки). Остановка грудью летящего мяча с поворотом на 90°. Остановка опускающегося мяча бедром и лбом. Остановка изученными способами мячей, катящихся или летящих с различной скоростью и траекторией, с разных расстояний и направлений; на высокой скорости движения с последующим ударом или рывком.

Ведение мяча.

Ведение серединой подъема, носком и внутренней стороной стопы. Ложные движения (финты). При ведении имитировать остановку мяча подошвой или удар пяткой назад (без касания или с касанием мяча подошвой) и рывком вперед уйти с мячом. Быстро отвести мяч подошвой ноги под себя — уйти с мячом вперед. Быстро отвести мяч ногой под себя — повернуться и уйти с мячом в сторону или назад. При ведении неожиданно остановить мяч, оставив его партнеру, находящемуся за спиной, и уйти без мяча вперед, увлекая за собой соперника («скрещивание»). Ложная передача мяча партнеру.

Отбор мяча.

Отбор мяча у соперника накладыванием стопы на мяч, выполняя ложные движения и вызывая противника на определенные действия с мячом с целью его отбора.

Вбрасывание мяча.

Вбрасывание из-за боковой линии с места - положения, параллельного расположению ступней ног. Вбрасывание мяча изученными способами с разбега: на точность и дальность (по коридору шириной 2—3 м). Техника игры вратаря. Ловля в броске мяча, летящего в сторону от вратаря на высоте живота, груди, головы и колен.

Ловля катящегося в сторону мяча в броске. Ловля катящегося и летящего на различной высоте мяча на выходе из ворот без падения, с падением и в броске. Ловля опускающихся и прыгающих мячей. Отбивание ладонями, пальцами рук в броске мячей, летящих в сторону от вратаря на высоте живота, груди, головы и колен. Отбивание ладонями, пальцами рук катящегося мяча в броске. Перевод мяча через перекладину ворот ладонями (двумя, одной) в прыжке. Броски мяча одной рукой с боковым замахом и снизу на точность и дальность. Бросок мяча одной рукой из-за плеча на дальность и точность. Выбивание мяча с рук и с полулета на точность и дальность. Выбивание мяча с земли и с рук на дальность и точность.

Тактика игры.

В нападении. Освобождение из-под опеки противника для получения мяча. Единоборство с соперниками, применяя обводку и ложные движения. Взаимодействие с партнерами при равном соотношении и численном превосходстве защитников соперника, используя короткие и средние передачи. Атака со сменой и без смены мест флангом и через центр. «Скрещивание» и игра «в стенку». Тактические комбинации при выполнении стандартных положений.

В защите. Персональная опека и комбинированная оборона. Подстраховка и помощь партнеру. Действия при отражении атаки соперника при равном соотношении сил и при его численном преимуществе. Взаимодействие с вратарем. Выбор позиции и страховка партнера при атаке

противника флангом и через центр. Организация оборонительных действий при введении мяча в игру из стандартных положений.

Тактика вратаря. Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот. Игра на выходах из ворот при ловле катящихся по земле и летящих на различной высоте мячей. Руководство партнерами по обороне. Комбинации с защитниками при введении мяча в игру ударом от ворот.

Судейская практика. Судейская практика проводится в ходе учебных игр.

Техника игры.

Удары по мячу ногой. Резаные удары внешней и внутренней частями подъема по летящему мячу. Удар «подсечка» (носком). Бросок мяча подъемом. Переводы мяча стопой и грудью. Удары на точность, силу и дальность, Удары по мячу головой. Удары серединой и боковой частью лба без прыжка и в прыжке с поворотом до 180°. Удары в прыжке с падением. Удары на точность, силу и дальность.

Остановка мяча. Остановка с поворотом до 180° — внутренней и внешней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча, грудью — летящего мяча. Остановка подъемом опускающегося мяча. Остановка мяча в движении. Ведение мяча. Ведение мяча изученными способами, выполняя рывки и обводку. Ложные движения (финты). Имитируя желание овладеть мячом, катящимся навстречу или сбоку, неожиданно пропустить мяч между ног или сбоку (для партнера). Перенести правую ногу через мяч влево и, наклоня туловище влево, послать мяч внутренней частью подъема левой ноги слева от соперника, обежать его справа и продолжить ведение мяча (финт Месхи). Выполнение двух следующих один за другим финтов (если первый финт противник сумел разгадать). Отбор мяча. Отбор мяча в «полушпагате», «шпагате» и подкате.

Тактика игры. В нападении. Создание численного перевеса в атаке за счет скоростного маневрирования по фронту и за счет подключения из глубины обороны полузащитников и защитников. Смена флангов атаки путем точной длинной передачи мяча на свободный от игроков соперника фланг (со своевременным подключением партнера). Взаимодействие при развитии атак вблизи ворот противника и завершении атаки ударом по воротам. Комбинации с переменной мест. В защите. Игра центральных защитников по зонному принципу. Создание численного превосходства в обороне. Действия при начале атаки соперника из стандартных положений вблизи своих ворот. Перестройка от обороны к началу и развитию атаки.

Тактика вратаря. Выбор места в штрафной площади при ловле мяча на выходе и на перехвате. Руководство игрой партнеров по обороне. Ввод мяча в игру. Организация контратаки. Инструкторская и судейская практика.

Планируемые результаты освоения курса «Футбол».

После первого года обучения занимающийся в кружке ожидает, что он наберет достаточный уровень общей физической, приобретет навыки и умения игры в футбол, расширит кругозор и знания по судейству игры в футбол. На первом году обучения занимающиеся должны владеть игровыми ситуациями и достичь высокого уровня специальной подготовки при выполнении сложных приемов овладения мячом на высокой скорости, улучшить маневренность и подвижность футболиста в играх, повысить уровень его морально – волевых качеств.

Учащийся получит возможность научиться:

- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;
- управлять своими эмоциями;
- владеть игровыми ситуациями на поле;
- уметь владеть техникой передвижений, остановок, поворотов, а также техникой ударов по воротам.
- значение правильного режима дня юного спортсмена;
- разбор и изучение правил игры в футбол;
- роль капитана команды, его права и обязанности;
- правила использования спортивного инвентаря.
- задачи врачебного контроля при занятиях физической культурой и спортом;
- значение и содержание самоконтроля;
- дневник самоконтроля;
- причины травм на занятиях по футболу и их предупреждение.

Учащиеся получат возможность научиться:

- технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуального уровня работоспособности;
- уметь владеть техникой и тактикой игры в нападении и защите во время игровых ситуаций.

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки

№	ОФП	Мальчики	Девочки
1	Челночный бег (3 x 10 м)	9,5	10
2	Кросс без учета времени (м)	-	-
3	Бег 30 метров (сек)	11,9	11,2
4	Прыжок в длину с места (см)	150	170

Контрольные упражнения по физической подготовке юных спортсменов подобраны таким образом, чтобы были видны результаты работы с группой тренера-преподавателя и занимающихся, в соответствии с этапами подготовки.

Методическое обеспечение программы

Формы проведения занятий:

- беседа
- групповое выполнение заданий
- самостоятельная работа
- спортивные соревнования
- индивидуальный подход
- дифференцированный подход

Приёмы и методы организации учебно-воспитательного процесса:

- репродуктивные
- наглядные
- иллюстративные
- игровые

Приёмы и методы организации учебно-воспитательного процесса:

- репродуктивные
- наглядные
- иллюстративные
- игровые
- соревновательный

Новизна и актуальность:

- творческое развитие обучающихся
- формирование физической культуры личности
- сохранение региональных традиций
- воспитание здорового образа жизни

Техническое оснащение занятий:

- набивные мячи
- баскетбольные мячи
- футбольные мячи
- волейбольные мячи
- гимнастические скамейки
- секундомер
- свисток
- скакалки
- теннисные мячи
- конусы
- маты
- гантели и блины

Формы аттестации

Аттестация обучающихся в результате освоения дополнительной общеразвивающей программы «Спортивные игры» предусматривает контроль теоретической и практической подготовки в соответствии с требованиями дополнительной общеразвивающей программы.

Реализация программы предусматривает следующие виды аттестации:

Промежуточная аттестация - опрос, тестирование обучающихся.

Оценка уровня технико-тактической, физической подготовленности учащихся. Учащиеся сдают нормативы (Приложение 1).

Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
МОДУЛЬ 1. Баскетбол								
1	Сентябрь			Теоретическое занятие	1	Техника безопасности при занятиях баскетболом	Кабинет	
2				Теоретическое занятие	1	Гигиенические требования к занимающимся	Кабинет	
3				Теоретическое занятие	1	Правила по баскетболу	Кабинет	
4				Практическое занятие	1	Ведение мяча на месте	Спортивный зал	
5				Практическое занятие	1	Ведение мяча с низким отскоком	Спортивный зал	
6				Практическое занятие	1	Ведение мяча с высоким отскоком	Спортивный зал	
7				Практическое занятие	1	Развитие выносливости	Спортивный зал	
8				Практическое занятие	1	Нормативы. Входной контроль	Спортивный зал	Сдача нормативов
9				Практическое занятие	1	Передача и ловля мяча двумя руками от груди	Спортивный зал	
10					Практическое занятие	1	Передача мяча двумя руками от груди с отскоком	Спортивный зал

11	Октябрь		Практическое занятие	1	Развитие быстроты	Спортивный зал	
12			Практическое занятие	1	Игра в баскетбол	Спортивный зал	
13			Практическое занятие	1	Передача мяча одной рукой от плеча	Спортивный зал	
14			Практическое занятие	1	Передача мяча одной рукой от плеча с отскоком	Спортивный зал	
15			Практическое занятие	1	Ведение мяча по прямой	Спортивный зал	
16			Практическое занятие	1	Ведение мяча по дуге	Спортивный зал	
17			Практическое занятие	1	Ведение мяча по кругам	Спортивный зал	
18			Практическое занятие	1	Остановка прыжком	Спортивный зал	
19			Практическое занятие	1	Развитие силы	Спортивный зал	
20			Практическое занятие	1	Стойка и перемещение баскетболиста	Спортивный зал	
21		Практическое занятие	1	Броски в корзину	Спортивный зал		
22		Практическое занятие	1	Броски в корзину	Спортивный зал		

23	Ноябрь		Практическое занятие	1	Развитие координационных способностей	Спортивный зал	
24			Практическое занятие	1	Контрольные нормативы	Спортивный зал	Сдача нормативов
		МОДУЛЬ 2. Волейбол					
26	Декабрь		Практическое занятие	1	Техника безопасности при занятиях волейболом	Кабинет	
27			Практическое занятие	1	Гигиенические требования к занимающимся	Кабинет	
28			Практическое занятие	1	Правила по волейболу	Кабинет	
29			Практическое занятие	1	Передача мяча сверху	Спортивный зал	
30			Практическое занятие	1	Передача мяча сверху	Спортивный зал	
31			Практическое занятие	1	Передача мяча сверху	Спортивный зал	
32			Практическое занятие	1	Нижняя прямая подача	Спортивный зал	
33			Практическое занятие	1	Нижняя прямая подача	Спортивный зал	
34			Практическое занятие	1	Верхняя прямая подача	Спортивный зал	
35			Практическое занятие	1	Индивидуальные действия в нападении	Спортивный зал	

36			Практическое занятие	1	Индивидуальные действия в нападении	Спортивный зал	
37	Январь		Практическое занятие	1	Групповые и командные действия в нападении	Спортивный зал	
38			Практическое занятие	1	Групповые и командные действия в нападении	Спортивный зал	
39			Практическое занятие	1	Индивидуальная тактика защиты.	Спортивный зал	
40			Практическое занятие	1	Групповые и командные действия в защите.	Спортивный зал	
41			Практическое занятие	1	Прямой нападающий удар	Спортивный зал	
42			Практическое занятие	1	Прямой нападающий удар	Спортивный зал	
43			Практическое занятие	1	Прямой нападающий удар	Спортивный зал	
44	Февраль		Практическое занятие	1	Прямой нападающий удар	Спортивный зал	
45			Практическое занятие	1	Блокирование	Спортивный зал	
46			Практическое занятие	1	Контрольные нормативы	Спортивный зал	Сдача нормативов
		МОДУЛЬ 3. Футбол					

47		Практическое занятие	1	Техника безопасности при занятиях футболом	Кабинет	
48		Практическое занятие	1	Гигиенические требования к занимающимся	Кабинет	
49		Практическое занятие	1	Правила по футболу	Спортивный зал	
50		Практическое занятие	1	Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Остановка и передача мяча на месте	Спортивный зал	
51	Март	Практическое занятие	1	Остановка и передача мяча в движении	Спортивный зал	
52		Практическое занятие	1	Игра «Квадрат». Учебная игра	Спортивный зал	
53		Практическое занятие	1	Игра «Квадрат». Учебная игра	Спортивный зал	
54		Практическое занятие	1	Ведение мяча с изменением направления.	Спортивный зал	
55		Практическое занятие	1	Развитие двигательных качеств	Спортивный зал	
56		Практическое занятие	1	Остановка мяча лбом. Учебная игра.	Спортивный зал	
57		Практическое занятие	1	Остановка мяча грудью. Учебная игра.	Спортивный зал	
58		Практическое занятие	1	Техника игры вратаря. Учебная игра.	Спортивный зал	

59			Практическое занятие	1	Удары по катящемуся мячу. Учебная игра.	Спортивный зал	
60	Апрель		Практическое занятие	1	Развитие двигательных качеств. Учебная игра.	Спортивный зал	
61			Практическое занятие	1	Удары по мячу носком, пяткой.	Спортивный зал	
62			Практическое занятие	1	Удары по мячу головой. Учебная игра.	Спортивный зал	
63			Практическое занятие	1	Обманные движения (финты). Игра «Квадрат».	Спортивный зал	
64			Практическое занятие	1	Отбор мяча. Вбрасывание. Учебная игра.	Спортивный зал	
65			Практическое занятие	1	Учебная игра.	Спортивный зал	
66			Практическое занятие	1	Учебная игра.	Спортивный зал	
67			Практическое занятие	1	Учебная игра.	Спортивный зал	
68			Практическое занятие	1	Контрольные нормативы	Спортивный зал	Сдача нормативов

Список используемой литературы

1. Байгулов Ю. П. Программа средней школы по физической культуре (внеклассная работа), М., Просвещение, 1982г.
2. Байгулов Ю. П. Мостки к мастерству. - Спортивные игры, 1974, №4:
3. Байгулов Ю. П.; Аверин Г. А. Атакует чемпион мира. - Спортивные игры, 1973, N3
4. Бубэх. и др: Тесты в спортивной практике. М., 1968.
5. Рудик П. А. Психология. М., 1967.
6. М.А. Давыдов. Судейство в баскетболе, - Москва, «Физкультура и спорт», 1983 г.
7. Е.Р. Яхонтова. Юный баскетболист: пособие для тренеров. - Москва, «Физкультура и спорт», 1987 г.
8. Приложение к газете «Первое сентября» - «Спорт в школе» №11, июнь 2003 г.
9. В.И. Лях, Г.Б. Мейксон. Физическое воспитание учащихся 5-7 классов: пособия для учителя. - Москва, «Просвещение», 2002 г.
10. Л.Б.Кофман, Г.И.Погадаев, «Настольная книга учителя физической культуры», издательство «Физкультура и спорт», 1998 год;
11. А.П.Матвеев, Т.В.Петрова, «Оценка качества подготовки выпускников основной школы по физической культуре», издательство «Просвещение», 2000 г.;
12. Примерная программа по баскетболу для детско-юношеских школ. - М. 2004г;
13. С.М.Зверев, «Типовые программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ», М., «Просвещение», 1986 год.

Формы аттестации

Формы промежуточной аттестации:

- контрольные нормативы по общей физической подготовке (ОФП);
- контрольные нормативы по специальной физической подготовке (СФП);
- теоретическое тестирование.

Текущая аттестация – по итогам проведения занятия (форма педагогического контроля спортивной формы обучающихся, динамика освоение уровня содержания программы, достижений обучающихся в период обучения).

Итоговая аттестация - выявление уровня освоения обучающимися программы дополнительного образования, форма оценки показателей тренировочной и соревновательной подготовки и его соответствия прогнозируемым результатам.

Форма контроля итоговой аттестации: участие в соревнованиях.

По окончании обучения, обучающимся выдается свидетельство о прохождении обучения по дополнительной общеразвивающей программе «Спортивные игры».

Формы контроля промежуточной аттестации:

- контрольные нормативы по общей физической подготовке (ОФП);
- контрольные нормативы по специальной физической подготовке (СФП);
- теоретическое тестирование.

Итоговый контроль (итоговая аттестация) - выявление уровня освоения обучающимися программы дополнительного образования, форма оценки показателей тренировочной и соревновательной подготовки и его соответствия прогнозируемым результатам.

Форма контроля итоговой аттестации: участие в соревнованиях.

По окончании обучения, обучающимся выдается свидетельство о прохождении обучения по дополнительной общеразвивающей программе «Спортивные игры».

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 25

РАССМОТРЕНО
на заседании МО
протокол № 8
руководитель МО
К.В. Баранцев
от «28» апреля 2022г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель
директора по ВВВР
А.С. Позднякова
«28» апреля 2022г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ №25
Е.В. Маркова
«28» апреля 2022г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно - спортивной направленности
«Баскетбол»
на 2022 – 2023 учебный год

Возраст обучающихся: 11-15 лет

Срок реализации программы: 1 год

Количество часов: 68 часов

Разработчик программы: Баранцев К.В.,
учитель физической культуры

г. Сургут
2022 г.

ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Наименование образовательной организации: Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя школа № 25

Название программы	Баскетбол
Направленность программы	Физкультурно-спортивная
Ф.И.О. педагога, реализующего дополнительную общеобразовательную программу	Баранцев Кирилл Викторович
Год разработки	2022
Где, когда и кем утверждена дополнительная общеобразовательная программа	
Уровень программы	Базовый
Информация о наличии рецензии	нет
Цель	Подготовка юных баскетболистов базовым элементам к игре баскетбол, быть готовым к выступлению на соревнованиях различного уровня, развитие физических, личностных и нравственных качеств, формирование спортивной культуры и культуры здоровья, воспитание интереса детей к спорту и приобщение их к баскетболу.
Задачи	<p>Задачи:</p> <p><u>Образовательные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - овладеть приемами техники игры в баскетбол на уровне умений и навыков; - овладеть индивидуальными и групповыми тактическими действиями, правилами игры; - овладеть основами тактики командных действий; - подготовить к выполнению нормативных требований. <p><u>Развивающие:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать специальные способности (гибкость, быстроту, ловкость) средствами баскетбола для успешного овладения навыками игры;

	<ul style="list-style-type: none"> - привить навыки самоорганизации, волевые качеств. <p><i>Воспитательные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - привить стойкий интерес к занятиям баскетболом, приучить к игровой обстановке; - привить навыки соревновательной деятельности в соответствии с правилами баскетбола; - формировать спортивную культуру и культуру здоровья и т.д.
	<p>Ученик будет <u>знать</u>:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные линии на площадке; - основные правила игры в баскетбол; - гигиенические требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями; - способы подсчета пульса; - способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять передачу мяча одной рукой снизу, передачу мяча одной рукой сбоку; - выполнять приемы обыгрывания защитника: вышагивание, скрестный шаг, поворот, перевод мяча перед собой; - выполнять броски одной и двумя руками в прыжке, броски мяча после двух шагов и в прыжке с близкого расстояния и среднего, броски мяча в корзину со средних и дальних дистанций одной и двумя руками от головы, штрафной бросок одной и двумя руками от головы; - владеть приемами вырывания и выбивания, перехвата, накрывание; - применять в игре командное нападение. <p>Учащиеся будут <u>уметь демонстрировать</u>:</p> <ul style="list-style-type: none"> - броски по кольцу с расстояния 1 м; - броски со средних и дальних дистанций; - броски по кольцу после ведения;

	<ul style="list-style-type: none"> - передачи мяча в парах; - передачи мяча в движении; - обводка стоек; - передача и ловля мяча от стены за 30 сек; - штрафной бросок.
Срок реализации программы	2022-2023
Количество часов в неделю / год	68 часов
Возраст обучающихся	11-15 лет
Формы занятий	<p style="text-align: center;"><u>Форма организации детей на занятии:</u></p> <p>Групповая с организацией индивидуально-дифференцированных форм работы внутри группы, подгрупповая, теоретические занятия, беседы, инструкторская и судейская практика.</p> <p style="text-align: center;"><u>Форма проведения занятий:</u></p> <p>практическое, комбинированное, соревновательное.</p> <p style="text-align: center;"><u>Форма и способы фиксации результатов:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - дневник достижений, учащихся; - портфолио учащихся.
Условия реализации программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.)	спортивный зал, баскетбольные, набивные мячи, баскетбольные кольца,

Пояснительная записка

Актуальность. В настоящее время баскетбол, как вид спорта получил широкое распространение в России и мире. Массовое привлечение детей к занятиям баскетболом позволило России добиться успехов на международной арене.

Тем не менее, проблемы подготовки спортивных резервов по баскетболу существуют. Речь идет в первую очередь о повышении класса массового баскетбола в обычных общеобразовательных и спортивных школах, так как именно в этой среде рождаются таланты, воспитывается резерв сборных команд страны. Кроме того, спортивные игры, в том числе баскетбол, являются отличным средством поддержания и укрепления здоровья, развития физических и психических качеств ребенка.

Усложненные условия деятельности и эмоциональный подъем позволяют легче мобилизовать резервы двигательного аппарата. Большое значение при этом имеет влияние, которое оказывают занятия баскетболом на рост и развитие мозга подростка. Разнообразное воздействие во время игры стимулирует созревание нервных клеток и взаимосвязей между ними, способствует проявлению наследственных возможностей нервной системы.

В баскетболе постоянно изменяется игровая ситуация. Действовать приходится в зависимости от ситуации, а не по определенным программам. Основной формой деятельности мозга в этих условиях является не отработка стандартных навыков, а творческая деятельность – мгновенная оценка ситуации, решение тактических задач, выбор ответных действий. Обучение сложной технике игры основывается на приобретении на начальном этапе простейших умений обращения с мячом.

Специально подобранные игровые упражнения создают неограниченные возможности для развития координационных способностей: ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования, воспроизведение и оценивание пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации.

В рамках дополнительной общеразвивающей программы физкультурно – спортивной направленности «Баскетбол» осуществляется физкультурно - оздоровительная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники выбранного вида спорта-баскетбола, выбор спортивной специализации и выполнение контрольных нормативов.

На основании основополагающих принципов (системности, преемственности и вариативности) построения спортивной тренировки и

анализа ранее изданных программ по баскетболу определены следующие разделы «Программы»: пояснительная записка; система контроля и зачетные требования; отличительные особенности данной программы; формы обучения и виды занятий; цель образовательной программы; учебно-тематический план; планируемые результаты; календарный учебный план.

Баскетбол формирует такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять личные интересы коллектива, класса, команды, взаимопомощь, чувство долга.

Польза от занятий баскетболом огромна – вовлечение учащихся в регулярные занятия баскетболом должно всемерно поощряться, это не погоня за медалями и рекордами, - это здоровье миллионов, это готовность к труду, это подготовка к военной службе.

Возраст обучающихся: 11-15 лет

Срок реализации программы: 1 год

Количество часов: 68 часов

Нормативно - правовую основу разработки дополнительной общеразвивающей программы (далее - программа) составляют:

1. Конституция Российской Федерации. – М.: Айрис-Пресс, 2010.
2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 13.07.2015) «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями, вступ. в силу с 24.07.2015): - Москва: Проспект, 2013.
3. Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
4. Концепция развития дополнительного образования детей. (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. N 1726-р) (ред. от 30.03.2020).
5. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/72016730/#ixzz5ZxldKJB>
ц
6. Приказ Министерства просвещения РФ от 23.03.2020 № 117 «Об утверждении Порядка осуществления деятельности школьных спортивных клубов (в том числе в виде общественных объединений), не являющихся юридическими лицами». [Электронный ресурс] - Режим доступа: <https://base.garant.ru/73948111/>

7. Приказом Минспорта России от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;

8. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей СанПиН 2.4.4.3.172 -14. Постановление от 4 июля 2014 г. №41 (с изменениями на 27 октября 2020 года).

9. Письмо Министерства образования и науки РФ от 11 декабря 2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

10. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы). Письмо Министерства образования и науки российской федерации N 09-3242 от 18 ноября 2015 г. [Электронный ресурс] – Режим доступа: https://noufirstsch.mskobr.ru/files/pis_mo_3242_-_metodicheskie_rekomendacii.pdf

11. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. N 1008 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"

Программа составлена в соответствии авторскими материалами В.Г. Луничкина - профессора, заслуженного тренера СССР и России, С.В. Чернова – канд. пед.наук, доцента, заслуженного тренера России, Ю.М. Портнова- академика РАО, д-р пед. Наук, профессора, заслуженного деятеля науки РФ, М.И. Духовного – заслуженного работника физической культуры, заслуженного тренера России, В.Г Башикировой – заслуженного тренера России.

Направленность дополнительной общеобразовательной программы
– физкультурно-спортивная.

Отличительные особенности данной программы от уже существующей в этой области заключаются в том, что она предназначена для обучающихся, которые должны освоить программу за 68 часов. Программа ориентирована на применение широкого комплекса форм и методов проведения занятий. Программа рассчитана на 34 недели обучения. В структуру программы входят три блока: теория, практика и контрольные испытания. Учебный материал распределён с учётом специфики вида спорта.

Адресат программы - Дополнительная общеобразовательная программа «Баскетбол» предназначена для обучающихся в возрасте от 11 до 15 лет (5-8 класс). Набор на обучение по программе производится по заявлению обучающихся при наличии документа, подтверждающего отсутствие противопоказаний для занятий физкультурой и спортом. Предельная наполняемость учебной группы составляет 25 человек. Группа рассчитаны как на мальчиков так и на девочек.

Срок освоения программы- 1 год.

Объем программы –68 часов за один учебный год, по 2 часа в неделю.

Формы обучения и виды занятий:

основными формами определяются тренером-преподавателем самостоятельно в зависимости от особенностей материала, от возрастных особенностей организма, занимающихся и др. Можно выделить три основные группы форм занятий:

- по количеству занимающихся, участвующих в занятии целесообразно применять групповую форму работы;
- по особенностям коммуникативного взаимодействия тренера-преподавателя и детей основными формами учебно-тренировочной работы в школе являются: групповые занятия; теоретические занятия (в форме бесед, лекций, просмотра и анализа учебных кинофильмов, CD дисков, просмотра записи соревнований);
- занятия в условиях спортивно-оздоровительного лагеря, медико-восстановительные мероприятия; культурно-массовые мероприятия, участие в конкурсах и смотрах.

Вид образовательной деятельности – физкультурно-спортивная.

Срок освоения программы – 1год.

Цель образовательной программы

Цель: подготовка юных баскетболистов базовым элементам к игре баскетбол, быть готовым к выступлению на соревнованиях различного уровня, развитие физических, личностных и нравственных качеств, формирование спортивной культуры и культуры здоровья, воспитание интереса детей к спорту и приобщение их к баскетболу.

Задачи:

Образовательные:

- овладеть приемами техники игры в баскетбол на уровне умений и навыков;
- овладеть индивидуальными и групповыми тактическими действиями, правилами игры;
- овладеть основами тактики командных действий;
- подготовить к выполнению нормативных требований.

Развивающие:

- развивать специальные способности (гибкость, быстроту, ловкость) средствами баскетбола для успешного овладения навыками игры;
- привить навыки самоорганизации, волевые качеств.

Воспитательные:

- привить стойкий интерес к занятиям баскетболом, приучить к игровой обстановке;
- привить навыки соревновательной деятельности в соответствии с правилами баскетбола;
- формировать спортивную культуру и культуру здоровья и т.д.

Отличительные особенности данной программы:

Программа рассчитана на более полное изучение, закрепление, совершенствование полученных школьных навыков и расширенное освоение (в отличие от школьного курса) более глубоких приемов баскетбола в течение года по следующим разделам:

- общие основы баскетбола;
- изучение и обучение основам техники баскетбола;
- изучение и обучение основам тактики индивидуальных и командных действий в игре;
- основы развития двигательных способностей средствами баскетбола.

**Информационная справка об особенностях реализации УТП
в 2022/2023 учебном году**

Общий срок реализации исходной программы (количество лет)	1 год
Возраст занимающихся	11-15
Количество занимающихся в группе в текущем учебном году	25
Количество часов в неделю	2 часа
Общее количество часов в год	68 часов

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Наименование разделов и тем	Общее количество часов	Теория	Практика
1	Теоретическая подготовка	3	3	0
1.1	История развития баскетбола	1	1	0
1.2	Гигиена баскетболиста	1	1	0
1.3	Техника безопасности	1	1	
2	Техническая подготовка	14	2	12
2.1	Специальные технические приемы	12	1	11
2.2	Терминология и судейские жесты	2	1	1
3	Общая физическая подготовка	11	1	10
4	Специальная физическая подготовка	38		38
5	Контрольно- переводные нормативы	2		2
	Итого	68	6	62

Содержание данной программы рассчитано на систему двухразовых занятий в неделю продолжительностью 40 минут, а также структурировано по видам спортивной подготовки: теоретической, физической, технической и тактической.

Особое внимание на занятиях необходимо уделять развитию таких физических качеств, как прыгучесть, быстрота, выносливость, координация, при этом чередуя напряжение с расслаблением мышц, делая паузы для отдыха, обращая особое внимание на дыхание занимающихся (глубокое, ритмичное, без задержки). На занятиях целесообразно применять соревновательный метод (эстафеты, подвижные игры), технические приемы изучать в сочетании с выработкой тактических умений.

Данная программа содержит материал теоретических и практических занятий.

1. Теоретическая подготовка (3 часа):

Включает вопросы истории и современного состояния баскетбола, правил соревнований по баскетболу, техники безопасности, а также вопросы, связанные с гигиеническими требованиями. Теоретические занятия проводятся в форме 15-ти минутных бесед в процессе практических занятий, а также в форме отдельного занятия.

Практические занятия должны быть разнообразными и эмоциональными. Содержание видов спортивной подготовки определено исходя из содержания примерной федеральной программы (Матвеев А.П., 2005). При этом большое внимание уделяется упражнениям специальной физической подготовки баскетболиста и тактико-техническим действиям баскетболиста. Физическая подготовка дифференцирована на упражнения общей и специальной подготовки.

1.1 История развития баскетбола (1 часа):

Баскетбол – одна из интереснейших спортивных игр. Родиной баскетбола является Америка. В 1891 году эту игру изобрел преподаватель физического воспитания спрингфилдской тренировочной школы в штате Массачусетс Джеймс Нейсмит.

С 1936 года баскетбол включен в программу олимпийских игр. Сборная мужская команда нашей страны стала олимпийским чемпионом в 1972г., а женская сборная дважды – в 1976 и 1980 гг. завоевывала олимпийские медали.

Интерес к баскетболу с каждым годом растет, поэтому по массовости и популярности он опережает многие виды спорта. У баскетбола есть ещё одно ценное качество – он универсален. Так, систематические занятия баскетболом оказывают на организм школьников всестороннее развитие, повышают общий уровень двигательной активности, совершенствуют функциональную деятельность организма, обеспечивая правильное физическое развитие. Урок баскетбола в школе рассматривается нами как средство не только физической подготовки, освоения технической и тактической стороной игры, но и повышения умственной работоспособности, снятия утомления учащихся, возникающего в ходе занятий по общеобразовательным дисциплинам.

1.2 Гигиена баскетболиста (1 часа):

Понятие о гигиене и санитарии. Общие представления об основных системах энергообеспечения человека. Дыхание. Значение дыхания для

жизнедеятельности организма. Понятие о рациональном питании. Значение витаминов и минеральных солей. Режим питания. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Правильный режим дня для спортсмена. Вредные привычки - курение, употребление спиртных напитков. Профилактика вредных привычек.

2. Техническая подготовка (14 часов):

Включает упражнения без мяча и с мячом. В состав упражнений с мячом входят передача, прием, ведение и броски по кольцу. Тактические действия включают действия (индивидуальные и командные) игрока в нападении и защите.

Кроме того, в программе представлены контрольные тесты для занимающихся по физической и технической подготовленности, а также методическое обеспечение и литература. Учитель, исходя из целей, условий, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся, потребностей работы секции, может изменять продолжительность занятия и распределение времени. Тестирование уровня технической подготовленности проводится по контрольным упражнениям, представленным в методическом пособии В.Т. Чичикина, П.В.Игнатьева «Проектирование учебного процесса по физической культуре в общеобразовательном учреждении» (НГЦ, Н. Новгород, 2005). Тестирование уровня физической подготовленности занимающихся проводится по региональным тестам в начале и в конце учебного года с их последующим анализом и представлением, занимающимся. Содержательное обеспечение разделов программы.

3. Общая физическая подготовка (11 часов):

Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения. Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие.

Силовые упражнения: упражнения с отягощением для рук и для ног. Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза. Упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Упражнения на гимнастических снарядах. Акробатические упражнения: перекуты, кувырки, стойки. Спортивные игры: баскетбол, футбол. Подвижные игры и эстафеты.

4. Специальная физическая подготовка (38 часов):

Развитие прыгучести средствами баскетбола. Упражнения с набивными и теннисными мячами, развитие быстроты реакции, наблюдательности, координации. Смена игровых действий и перемещений по сигналу тренера.

Игры и эстафеты с препятствиями. Контрольные игры и судейская

практика. Соревнования между группами. Судейство во время товарищеских игр: ведение протокола, выполнение обязанностей первого и второго судей, судей на линии. Соревнования. Участие в соревнованиях различного уровня. Судейство во время игры.

Планируемые результаты

обучающийся будет **знать**:

- основные линии на площадке;
- основные правила игры в баскетбол;
- гигиенические требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями;
- способы подсчета пульса;
- способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями.

уметь:

- выполнять передачу мяча одной рукой снизу, передачу мяча одной рукой сбоку;
- выполнять приемы обыгрывания защитника: вышагивание, скрестный шаг, поворот, перевод мяча перед собой;
- выполнять броски одной и двумя руками в прыжке, броски мяча после двух шагов и в прыжке с близкого расстояния и среднего, броски мяча в корзину со средних и дальних дистанций одной и двумя руками от головы, штрафной бросок одной и двумя руками от головы;
- владеть приемами вырывания и выбивания, перехвата, накрывание;
- применять в игре командное нападение.

будет уметь **демонстрировать**:

- броски по кольцу с расстояния 1 м;
- броски со средних и дальних дистанций;
- броски по кольцу после ведения;
- передачи мяча в парах;
- передачи мяча в движении;
- обводка стоек;
- передача и ловля мяча от стены за 30 сек;
- штрафной бросок.

5. Нормативные требования по физической подготовке

№	ТЕСТЫ
1	Бег 30 м с высокого старта (с)
2	Высота подскока с места по Абалакову (см)
3	Метание набивного мяча (1 кг) из 3 исходного положения сидя у

	стены (см)
4	40-секундный бег по баскетбольной площадке от лицевой линии (м)
5	Бег 20 м "восьмеркой" (на площадке 6 находятся три стойки, первая на расстоянии 3 м, вторая - 6 м, (с)
6	Ведение мяча 20 м "восьмеркой" (при 7 обводке стойки мяч ведется "дальней" рукой от нее) (с)
7	Передача мяча одной рукой за 30 с на расстоянии 1,5 м (кол-во раз)
8	Демонстрация техники бросков с ближних дистанций одной рукой (правой, левой) с места
9	Демонстрация техники бросков со средних дистанций.
10	Демонстрация техники бросков мяча в движении с правой и левой стороны от щита

Результаты нормативов

Возраст Тесты	Уровень оценки, балл	11-12 лет мальчики	13-15 лет мальчики
Бег 30 метров (с)	5	5,1	4,7
	4	5,5	5,1
	3	5,7	5,3
	2	6	5,6
	1	6,3	5,9
Высота подскока с места по Абалакову (см)	5	48 и больше	60 и больше
	4	42-47	53-59
	3	37-42	46-52
	2	31-35	39-45
	1	30 и меньше	38 и меньше
Метание набивного мяча (1 кг) из 3 исходного положения сидя у стены (см)	5	430	465
	4	350	415
	3	305	390
	2	250	350
	1	200	305
40-секундный бег по баскетбольно й площадке от лицевой линии (м)	5	170	250
	4	160	220
	3	140	200
	2	120	170
	1	100	150
Бег 20 м "восьмеркой" (на площадке 6 находятся три стойки, первая на	5	5,8	5,4
	4	6	5,7
	3	6,3	6

расстоянии 3 м, вторая - 6 м, (с)	2	6,6	6,3
	1	6,9	6,6
Ведение мяча 20 м "восьмеркой" (при 7 обводке стойки мяч ведётся "дальней" рукой от нее) (с)	5	7,8	7,6
	4	7,5	7,3
	3	7,2	7
	2	8,1	8,3
	1	8,4	8,6
Передача мяча одной рукой за 30 с на расстоянии 1, 5 м (кол-во раз)	5	40	50
	4	35	45
	3	30	40
	2	25	35
	1	20	30

Контрольные упражнения по физическим подготовкам юных спортсменов подобраны таким образом, чтобы были видны результаты работы с группой тренера-преподавателя и занимающихся, в соответствии с этапами подготовки.

При выполнении контрольных нормативов учитывается возраст класс обучающегося, техника выполнения и количество пройденных тестов.

Методическое обеспечение программы

Формы проведения занятий:

- беседа
- групповое выполнение заданий
- самостоятельная работа
- спортивные соревнования
- индивидуальный подход

Приёмы и методы организации учебно-воспитательного процесса:

- репродуктивные
- наглядные
- иллюстративные
- игровые
- соревновательный

Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь			Теоретическое занятие	1	Техника безопасности при занятиях баскетболом	Кабинет	
2				Теоретическое занятие	1	Гигиенические требования к занимающимся	Кабинет	
3				Теоретическое занятие	1	Правила по баскетболу	Кабинет	
4				Практическое занятие	1	Ведение мяча на месте	Спортивный зал	
5				Практическое занятие	1	Ведение мяча с низким отскоком	Спортивный зал	
6				Практическое занятие	1	Ведение мяча с высоким отскоком	Спортивный зал	
7				Практическое занятие	1	Развитие выносливости	Спортивный зал	
8				Практическое занятие	1	Нормативы. Входной контроль	Спортивный зал	Сдача нормативов
9				Практическое занятие	1	Передача и ловля мяча двумя руками от груди	Спортивный зал	
10					Практическое занятие	1	Передача мяча двумя руками от груди с отскоком	Спортивный зал

11	Октябрь		Практическое занятие	1	Ведение мяча по дуге	Спортивный зал	
12			Практическое занятие	1	Ведение мяча по кругам	Спортивный зал	
13			Практическое занятие	1	Остановка прыжком	Спортивный зал	
14			Практическое занятие	1	Стойка и перемещение баскетболиста	Спортивный зал	
15			Практическое занятие	1	Броски в корзину	Спортивный зал	
16			Практическое занятие	1	Броски в корзину	Спортивный зал	
17			Практическое занятие	1	Ведение два шага бросок	Спортивный зал	
18			Практическое занятие	1	Развитие координационных способностей	Спортивный зал	
19			Практическое занятие	1	Передачи мяча	Спортивный зал	
20			Практическое занятие	1	Нормативы. Промежуточный контроль	Спортивный зал	Сдача нормативов
21			Практическое занятие	1	Состояние и развитие баскетбола в России	Спортивный зал	
22			Практическое занятие	1	Выход для получения мяча	Спортивный зал	

23	Ноябрь		Практическое занятие	1	«Передай мяч и выходи»	Спортивный зал	
24			Практическое занятие	1	Развитие скоростно-силовых способностей	Спортивный зал	
25			Практическое занятие	1	Броски со средней дистанции	Спортивный зал	
26			Практическое занятие	1	Развитие выносливости	Спортивный зал	Сдача нормативов
27			Теоретическое занятие	1	Ведение змейкой	Спортивный зал	
28			Практическое занятие	1	Ведение зигзагом	Спортивный зал	
29			Практическое занятие	1	Обводка соперника	Спортивный зал	
30			Практическое занятие	1	Ведение мяча с низким отскоком	Спортивный зал	
31			Практическое занятие	1	Ведение мяча	Спортивный зал	
32			Практическое занятие	1	Совершенствование навыков ведения	Спортивный зал	
33		Практическое занятие	1	Закрепление навыков ведения	Спортивный зал		
34		Практическое занятие	1	Ведение мяча на месте	Спортивный зал		

35	Декабрь		Практическое занятие	1	Ведение мяча с низким отскоком	Спортивный зал	
36			Практическое занятие	1	Ведение мяча с высоким отскоком	Спортивный зал	
37	Январь		Практическое занятие	1	Развитие выносливости	Спортивный зал	
38			Практическое занятие	1	Нормативы	Спортивный зал	Сдача нормативов
39			Практическое занятие	1	Передача и ловля мяча двумя руками от груди	Спортивный зал	
40			Практическое занятие	1	Передача мяча двумя руками от груди с отскоком	Спортивный зал	
41			Практическое занятие	1	Развитие быстроты	Спортивный зал	
42			Практическое занятие	1	Игра в баскетбол	Спортивный зал	Показ своих игровых навыков
43				Практическое занятие	1	Передача мяча одной рукой от плеча	Спортивный зал
44			Практическое занятие	1	Передача мяча одной рукой от плеча с отскоком	Спортивный зал	
45			Практическое занятие	1	Ведение мяча по прямой	Спортивный зал	
46			Практическое занятие	1	Ведение мяча по дуге	Спортивный зал	

47	Февраль		Практическое занятие	1	Ведение мяча по кругам	Спортивный зал	
48			Практическое занятие	1	Развитие силы	Спортивный зал	
49			Практическое занятие	1	Остановка прыжком	Спортивный зал	
50			Практическое занятие	1	Стойка и перемещение баскетболиста	Спортивный зал	
51	Март		Практическое занятие	1	Броски в корзину двумя руками от груди	Спортивный зал	
52			Практическое занятие	1	Броски в корзину двумя руками от груди	Спортивный зал	
53			Практическое занятие	1	Ведение два шага бросок	Спортивный зал	
54			Практическое занятие	1	Ведение зигзагом	Спортивный зал	
55			Практическое занятие	1	Обводка соперника	Спортивный зал	
56			Практическое занятие	1	Передача мяча в парах в движении	Спортивный зал	
57			Практическое занятие	1	Передача мяча двумя руками в прыжке	Спортивный зал	
58			Практическое занятие	1	Развитие быстроты	Спортивный зал	

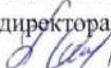
59			Практическое занятие	1	Наведение	Спортивный зал	
60	Апрель		Практическое занятие	1	Тройка	Спортивный зал	
61			Практическое занятие	1	Малая восьмерка	Спортивный зал	
62			Практическое занятие	1	Система личной защиты	Спортивный зал	
63			Практическое занятие	1	Система зонной защиты	Спортивный зал	
64			Практическое занятие	1	Развитие выносливости	Спортивный зал	
65			Практическое занятие	1	Развитие силы	Спортивный зал	
66			Практическое занятие	1	Контрольная игра	Спортивный зал	Показ своих игровых навыков
67			Практическое занятие	1	Контрольные испытания	Спортивный зал	Сдача нормативов
68			Практическое занятие	1	Игра в баскетбол	Спортивный зал	Показ своих игровых навыков

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 25

РАССМОТРЕНО
на заседании МО
протокол № 8
руководитель МО

 / К.Р. Баянцев
от «26» 04 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель
директора по ВВВР
 / А.С. Позднякова

«26» 04 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ №25

 Е.В. Маркова

«26» 04 2023 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

физкультурно - спортивной направленности

«Спортивные игры»

на 2023 – 2024 учебный год

Возраст обучающихся: 8-10

Срок реализации программы: 1 год

Количество часов: 34 часа

Разработчик программы: Ковалева О.Л.,
учитель физической культуры

г. Сургут
2023 г.

ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Наименование образовательной организации: Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя школа № 25

Название программы	Спортивные игры
Направленность программы	Физкультурно-спортивная
Ф.И.О. педагога, реализующего дополнительную общеобразовательную программу	Ковалева О.Л.
Год разработки	2023
Где, когда и кем утверждена дополнительная общеобразовательная программа	Решением педагогического совета, протокол №8, 26.04.2023
Уровень программы	стартовый
Информация о наличии рецензии	нет
Цель	Систематическое вовлечение учащихся в двигательную деятельность. Укреплять здоровье и способствовать всестороннему физическому развитию. Совершенствование игрового навыка. Заполнение свободного времени тренировками, что отвлекает их от вредных привычек.
Задачи	1. Укреплять здоровье и закаливать организм; 2. Повышать уровень общей физической подготовленности; 3. Развивать специальные физические способности; 4. Обучать основам техники и тактики игры; 5. Воспитать волю, смелость, настойчивость, дисциплинированность, коллективизм, навыкам культуры поведения, чувства дружбы; 6. Прививать организаторские навыки.
Ожидаемые результаты освоения программы	Ученик будет знать : <ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Правила игры в баскетбол, волейбол, футбол. • Тактические приемы в баскетболе, волейболе, футболе. Уметь : <ul style="list-style-type: none"> • Овладеть основными техническими приемами баскетболиста, волейболиста. • Проводить судейство матча. • Проводить разминку, организовать проведение подвижных игр. Учащиеся будут уметь демонстрировать:

	<ul style="list-style-type: none"> • Воспитать стремление к здоровому образу жизни. • Повысить общую и специальную выносливость обучающихся. • Развить коммуникабельность обучающихся, умение работать и жить в коллективе. • Развить чувство патриотизма к своему виду спорта, к родной школе, городу, стране.
Срок реализации программы	2023-2024
Количество часов в неделю / год	34 часа
Возраст обучающихся	8-10 лет
Формы занятий	<p><u>Форма организации детей на занятии:</u> Групповая с организацией индивидуально-дифференцированных форм работы внутри группы, подгрупповая, теоретические занятия, беседы, инструкторская и судейская практика.</p> <p><u>Форма проведения занятий:</u> практическое, комбинированное, соревновательное.</p> <p><u>Форма и способы фиксации результатов:</u> - дневник достижений, учащихся; - портфолио учащихся.</p>
Условия реализации программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.)	спортивный зал №1, баскетбольные, набивные мячи, баскетбольные кольца, волейбольные мячи, футбольные мячи, теннисные мячи, конусы.

Аннотация к программе

Автор-составитель: Ковалева Ольга Леонидовна

Срок реализации программы: 1 год

Возраст учащихся: 8-10 лет

Направленность программы – физкультурно – спортивная

Уровень усвоения программы - стартовый

Программа предусматривает: содействие гармоничному физическому развитию, всесторонней физической подготовки, укреплению здоровья учащихся; привитие потребности к систематическим занятиям физкультурой; подготовку и выполнение нормативов комплекса физической подготовленности; организаторов спортивно-массовой работы (инструкторов).

Программа рассчитана на 1 год.

В программу входит 3 модуля подготовки: баскетбол, волейбол, футбол.

Программа рассчитана на 34 часа. Модуль по баскетболу рассчитан на 12 часов, модуль по волейболу на 11 часов и модуль по футболу на 11 часов. В каждый модуль входит теоретическая и техническая подготовка обучающегося.

Пояснительная записка

Нормативное правовое обеспечение сферы дополнительного образования

Федеральный уровень:

- Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями).
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года».
- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей» (с изменениями).
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказ Министерства просвещения РФ от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».
- Письмо Министерства просвещения РФ от 07.05.2020 № ВБ-976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий».

Региональный уровень:

- Закон ХМАО – Югры от 01.07.2013 № 68 «Об образовании в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре» (с изменениями).
- Закон ХМАО – Югры № 104-оз от 16.10.2006 «О государственном общественном управлении в сфере дополнительного образования детей, общего и профессионального образования Ханты-Мансийского автономного округа –Югры».
- Приказ Департамента образования и науки Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, Департамента культуры Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, Департамент физической культуры и спорта Ханты- Мансийского автономного округа – Югры от 27.12.2022 № 3081/302/01-09/490 «Об утверждении Плана мероприятий («дорожная карта») по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».

- Приказ Департамента образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа – Югры 04.08.2016 № 1224 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре» (с изменениями).
- Приказ Департамента образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 30.10.2020 № 10-П-1589 «Об обеспечении персонифицированного учета детей, занимающихся по дополнительным общеобразовательным программам в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре».

Муниципальный уровень:

- Постановление Администрации г. Сургута от 13.12.2013 № 8993 «Об утверждении муниципальной программы «Развитие образования города Сургута на период до 2030 года» (с изменениями и дополнениями).
- Постановление Администрации г. Сургута от 08.11.2016 № 8249 «Об утверждении программы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в городе Сургуте на 2021 – 2025 годы» (с изменениями).
- Постановление Администрации г. Сургута от 08.10.2021 «Об утверждении положения о персонифицированном дополнительном образовании детей в муниципальном образовании городской округ Сургут Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, об организации предоставления сертификатов дополнительного образования».
- Распоряжение Администрации города от 15.10.2018 № 1831 «О внесении изменений в распоряжение Администрации города от 09.06.2016 № 1012 «Об утверждении перечня муниципальных общеобразовательных учреждений, имеющих структурное подразделение без образования юридического лица в виде центра дополнительного образования детей» (с изменениями).
- Приказ департамента образования Администрации города от 19.04.2019 № 12-03-260/9 «Об утверждении плана мероприятий (дорожной карты) по расширению вариативности и повышению качества реализации дополнительных общеобразовательных программ, в том числе адаптированных, в образовательных организациях, подведомственных департаменту образования Администрации города».
- Приказ департамента образования Администрации города от 09.09.2022 №12-03-715/2 «Об утверждении плана мероприятий опорного центра по дополнительным общеобразовательным программам естественнонаучной и технической направленностей на базе муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования «Технополис».
- Приказ департамента образования Администрации города № 12-03-78/3, департамента культуры и молодежной политики Администрации культуры № 09.02.2023, управления физической культуры и спорта Администрации

культуры № 03.03.15/3 от 09.02.2023 «Об утверждении плана мероприятий («дорожная карта») по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этапа (2022-2024), показателей эффективности её реализации в муниципальном образовании городской округ Сургут».

- Приказ департамента образования Администрации города 12-03-669/3, комитета культуры Администрации города 04-03-50/2, управления физической культуры и спорта № 03-03-61/2 от 22.08.2022 «О внедрении механизма зачета общеобразовательными организациями образовательных результатов, полученных учащимися в ходе освоения дополнительных общеобразовательных программ (предпрофессиональных программ и программ спортивной подготовки) на 2022-2024 годы».
- Приказ департамента образования Администрации города № 12-03-148/3, департамента культуры и молодежной политики Администрации культуры № 45-03-21/3, управления физической культуры и спорта Администрации культуры № 03-03-24/3 от 15.03.2023 «Об апробации технологии зачета результатов освоения обучающимися дополнительных общеобразовательных программ и программ спортивной подготовки при освоении основных общеобразовательных программ».

Программа дополнительного образования учащихся «Спортивные игры» составлена на основе примерной программы для учащихся 2-4 классов с углубленным изучением предмета «Физическая культура» под редакцией А.Т.Паршикова.

Программа предусматривает: содействие гармоничному физическому развитию, всесторонней физической подготовки, укреплению здоровья учащихся; привитие потребности к систематическим занятиям физкультурой; подготовку и выполнение нормативов комплекса физической подготовленности; организаторов спортивно-массовой работы (инструкторов).

Направленность дополнительной общеобразовательной программы – физкультурно-спортивная.

Уровень усвоения программы - стартовый

Актуальность программы. В программе осуществляется физкультурно-оздоровительная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники выбранного вида спорта, выбор спортивной специализации и выполнение контрольных нормативов.

Отличительные особенности данной программы от уже существующей в этой области заключаются в том, что она предназначена для обучающихся, которые должны освоить программу за 34 часа. Программа ориентирована на применение широкого комплекса форм и методов проведения занятий. Программа рассчитана на 34 недели обучения. В структуру программы входят три блока: теория, практика и контрольные испытания. Учебный материал распределён с учётом специфики вида спорта. Программа разбита на три модуля спортивной подготовки. Первый модуль – это баскетбол, где входит теоретическая подготовка, техническая подготовка и общеразвивающая подготовка. Второй модуль волейбол. Во второй модуль входит теоретическая и техническая подготовка обучающегося. Третий модуль футбол. Входит теоретическая и техническая подготовка обучающегося

Адресат программы - обучающиеся 2-4 классов

Объем программы –34 часа за один учебный год, по 1 часу в неделю.

Формы обучения и виды занятий:

основными формами определяются тренером-преподавателем самостоятельно в зависимости от особенностей материала, от возрастных особенностей организма, занимающихся и др. Можно выделить три основные группы форм занятий:

- по количеству занимающихся, участвующих в занятии целесообразно применять групповую форму работы;
- по особенностям коммуникативного взаимодействия тренера-преподавателя и детей основными формами учебно-тренировочной работы в школе являются: групповые занятия; теоретические занятия (в форме бесед, лекций, просмотра и анализа учебных кинофильмов, CD дисков, просмотра записи соревнований);
- занятия в условиях спортивно-оздоровительного лагеря, медико-восстановительные мероприятия; культурно-массовые мероприятия, участие в конкурсах и смотрах.

Срок освоения программы – 1год.

Цель образовательной программы

Цель программы «Спортивные игры»:

Систематическое вовлечение учащихся в двигательную деятельность.

Укреплять здоровье и способствовать всестороннему физическому развитию. Совершенствование игрового навыка. Заполнение свободного времени тренировками, что отвлекает их от вредных привычек.

Задачи:

1. Укреплять здоровье и закаливать организм;
2. Повышать уровень общей физической подготовленности;
3. Развивать специальные физические способности;
4. Обучать основам техники и тактики игры;
5. Воспитать волю, смелость, настойчивость, дисциплинированность, коллективизм, навыкам культуры поведения, чувства дружбы;
6. Прививать организаторские навыки.

Программа «Спортивные игры» рассчитана на школьников 8-10 лет. Она предусматривает проведение теоретических, практических занятий, выполнение учащимися контрольных нормативов, участие в соревнованиях.

Сроки реализации программы «Спортивные игры» - один год.

Занятия в этих группах проводятся 1 раз в неделю, с недельной нагрузкой 1 час, курс рассчитан на 34 часа в год.

Практические занятия различают по направленности: однонаправленные (посвящены одному из видов подготовки: технической, тактической, физической), комбинированные (включают материал 2-3 видов в различных сочетаниях), игровые (игровая тренировка, двухсторонняя игра, игровой фрагмент).

Ожидаемые результаты

К моменту завершения программы обучающиеся должны :

Знать

- Основы знаний о здоровом образе жизни.
- Правила игры в баскетбол, волейбол, футбол.
- Тактические приемы в баскетболе, волейболе, футбол.

Уметь

- Владеть основными техническими приемами баскетболиста, волейболиста, футболиста.
- Проводить судейство матча.
- Проводить разминку, организовать проведение подвижных игр.

Развить качества личности

- Воспитать стремление к здоровому образу жизни.

- Повысить общую и специальную выносливость обучающихся.
- Развить коммуникабельность обучающихся, умение работать и жить в коллективе.
- Развить чувство патриотизма к своему виду спорта, к родной школе, городу, стране.

Способы проверки образовательной программы:

- повседневное систематическое наблюдение;
- участие в спортивных соревнованиях;
- участие в товарищеских встречах.

Информационная справка об особенностях реализации УТП в 2023/2024 учебном году:

Общий срок реализации исходной программы (количество лет)	1 год
Год обучения (первый, второй и т.д.)	первый
Возраст занимающиеся	8-10
Количество занимающихся в группе в текущем учебном году	30
Количество часов в неделю	1 час
Общее количество часов в год	34 часа

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Наименование разделов и тем	Общее количество часов	Теория	Практика	Форма контроля
Модуль 1. Баскетбол					
1	Теоретическая подготовка	3	3	0	
1.1	История развития баскетбола	1	1	0	
1.2	Гигиена баскетболиста	1	1	0	
1.3	Техника безопасности	1	1	0	Беседа
2	Техническая подготовка	8	1	7	Сдача нормативов (Текущий)
2.1	Специальные технические приемы	8	1	7	Сдача нормативов (Текущий)
2.2	Терминология и судейские жесты	1	1	0	Сдача нормативов (промежуточный)
4	Общая физическая подготовка	1	0	1	Сдача нормативов (итоговый)
	Итого по модулю	12	4	8	
Модуль 2. Волейбол					
1	Теоретическая подготовка	3	3	0	Беседа
1.1	Техника безопасности при занятиях	1	1	0	Сдача нормативов

	волейболом				(Текущий)
1.2	Гигиенические требования к занимающимся	1	1	0	Сдача нормативов (Текущий)
1.3	Правила по волейболу	1	1	0	Сдача нормативов (промежуточный)
2	Техническая подготовка	8	0	8	Сдача нормативов (итоговый)
	Итого по модулю	11	3	8	
Модуль 3. Футбол					
1	Теоретическая подготовка	3	3	0	Беседа
1.1	Техника безопасности при занятиях футболом	1	1	0	Сдача нормативов (Текущий)
1.2	Гигиенические требования к занимающимся	1	1	0	Сдача нормативов (Текущий)
1.3	Правила по футболу	1	1	0	Сдача нормативов (промежуточный)
2	Техническая подготовка	8	0	8	Сдача нормативов (итоговый)
	Итого по модулю	11	3	8	
	Итого	34	10	24	

Содержание данной программы рассчитано на систему двухразовых занятий в неделю продолжительностью 40 минут, а также структурировано по видам спортивной подготовки: теоретической, физической, технической и тактической.

Особое внимание на занятиях необходимо уделять развитию таких физических качеств, как прыгучесть, быстрота, выносливость, координация, при этом чередуя напряжение с расслаблением мышц, делая паузы для отдыха, обращая особое внимание на дыхание занимающихся (глубокое, ритмичное, без задержки). На занятиях целесообразно применять соревновательный метод (эстафеты, подвижные игры), технические приемы изучать в сочетании с выработкой тактических умений.

Данная программа содержит материал теоретических и практических занятий.

Модуль 1. Баскетбол

История развития баскетбола

Характеристика баскетбола как средства физического воспитания молодежи. История возникновения баскетбола. Развитие баскетбола в России и за рубежом. Крупнейшие соревнования по баскетболу в России и в мире.

Гигиена баскетболиста

Понятие о гигиене и санитарии. Общие представления об основных системах энергообеспечения человека. Дыхание. Значение дыхания для жизнедеятельности организма. Понятие о рациональном питании. Значение витаминов и минеральных солей.

Режим питания. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Правильный режим дня для спортсмена, вредные привычки - курение, употребление спиртных напитков. Профилактика вредных привычек.

Теоретическая подготовка

Включает вопросы истории и современного состояния баскетбола, правил соревнований по баскетболу, техники безопасности, а также вопросы, связанные с гигиеническими требованиями. Теоретические занятия проводятся в форме 15-ти минутных бесед в процессе практических занятий, а также в форме отдельного занятия.

Практические занятия должны быть разнообразными и эмоциональными. Содержание видов спортивной подготовки определено исходя из содержания примерной федеральной программы (Матвеев А.П., 2005). При этом большое внимание уделяется упражнениям специальной физической подготовки баскетболиста и тактико-техническим действиям баскетболиста. Физическая подготовка дифференцирована на упражнения общей и специальной подготовки.

Техническая подготовка

Включает упражнения без мяча и с мячом. В состав упражнений с мячом входят передача, прием, ведение и броски по кольцу. Тактические действия включают действия (индивидуальные и командные) игрока в нападении и защите.

Кроме того, в программе представлены контрольные тесты для занимающихся по физической и технической подготовленности, а также методическое обеспечение и литература. Учитель, исходя из целей, условий, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся, потребностей работы секции, может изменять продолжительность занятия и распределение времени. Тестирование уровня технической подготовленности проводится по контрольным упражнениям, представленным в методическом пособии В.Т. Чичикина, П.В. Игнатьева «Проектирование учебного процесса по физической культуре в общеобразовательном учреждении» (НГЦ, Н. Новгород, 2005). Тестирование уровня физической подготовленности занимающихся проводится по региональным тестам в начале и в конце учебного года с их последующим анализом и представлением, занимающимся. Содержательное обеспечение разделов программы.

Общая физическая подготовка

Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения. Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие.

Силовые упражнения: упражнения с отягощением для рук и для ног. Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза. Упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Упражнения на гимнастических снарядах. Акробатические упражнения: перекуты, кувырки, стойки. Спортивные игры: баскетбол, футбол. Подвижные игры и эстафеты.

Специальная физическая подготовка

Развитие прыгучести средствами баскетбола. Упражнения с набивными и теннисными мячами, развитие быстроты реакции, наблюдательности, координации. Смена игровых действий и перемещений по сигналу тренера. Игры и эстафеты с препятствиями. Контрольные игры и судейская практика. Соревнования между группами. Судейство во время товарищеских игр: ведение протокола, выполнение обязанностей первого и второго судей, судей на линии. Соревнования. Участие в соревнованиях различного уровня. Судейство во время игры.

Планируемые результаты

обучающийся будет **знать**:

- основные линии на площадке;
- основные правила игры в баскетбол;
- гигиенические требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями;
- способы подсчета пульса;
- способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями.

уметь:

- выполнять передачу мяча одной рукой снизу, передачу мяча одной рукой сбоку;
- выполнять приемы обыгрывания защитника: вышагивание, скрестный шаг, поворот, перевод мяча перед собой;
- выполнять броски одной и двумя руками в прыжке, броски мяча после двух шагов и в прыжке с близкого расстояния и среднего, броски мяча в корзину со средних и дальних дистанций одной и двумя руками от головы, штрафной бросок одной и двумя руками от головы;
- владеть приемами вырывания и выбивания, перехвата, накрывание;
- применять в игре командное нападение.

будет уметь демонстрировать:

- броски по кольцу с расстояния 1 м;
- броски со средних и дальних дистанций;
- броски по кольцу после ведения;
- передачи мяча в парах;
- передачи мяча в движении;
- обводка стоек;
- передача и ловля мяча от стены за 30 сек;
- штрафной бросок.

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
Быстрота	Бег на 20 м (сек.)	
	не более 4,5	не более 4,7
	Скоростное ведение мяча 20 м (сек.)	
	не более 11,0	не более 11,4
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (см)	
	не менее 130	не менее 115

Модуль 2. Волейбол

История развития волейбола

Вид спорта, командная спортивная игра, в процессе которой две команды соревнуются на специальной площадке, разделённой сеткой, стремясь направить мяч на сторону соперника таким образом, чтобы он приземлился на площадке противника (*добить до пола*), либо чтобы игрок защищающейся команды допустил ошибку. При этом для организации атаки игрокам одной команды разрешается не более трёх касаний мяча подряд (в дополнение к касанию на блоке).

Волейбол — неконтактный, комбинационный вид спорта, где каждый игрок имеет строгую специализацию на площадке. Важнейшими качествами для игроков в волейбол

являются прыгучесть для возможности высоко подняться над сеткой, реакция, координация, физическая сила для эффективного произведения атакующих ударов.

Изобретателем волейбола считается Уильям Дж. Морган, преподаватель физического воспитания колледжа Ассоциации молодых христиан (YMCA) в городе Холиоке (штат Массачусетс, США). В 1895 году в спортивном зале он подвесил теннисную сетку на высоте 198 см, и его ученики, число которых на площадке не ограничивалось, стали перебрасывать через неё баскетбольный мяч. Морган назвал новую игру «минтонет». Позже игра демонстрировалась на конференции колледжей ассоциации молодых христиан в Спрингфилде и по предложению профессора Альфреда Т. Хальстеда получила новое название — «волейбол». В 1897 году в США были опубликованы первые правила волейбола: размер площадки 7,6×15,1 м (25 x 50 футов), высота сетки 198 см (6,5 фута), мяч окружностью 63,5—68,5 см (25—27 дюймов) и массой 340 г, количество игроков на площадке и касаний мяча не регламентировалось, очко засчитывалось только при собственной подаче, при неудачной подаче её можно было повторить, играли до 21 очка в партии.

Гигиена волейболиста

Понятие о гигиене и санитарии. Общие представления об основных системах энергообеспечения человека. Дыхание. Значение дыхания для жизнедеятельности организма. Понятие о рациональном питании. Значение витаминов и минеральных солей. Режим питания. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Правильный режим дня для спортсмена, вредные привычки - курение, употребление спиртных напитков. Профилактика вредных привычек

Техническая подготовка

Овладение техникой передвижения и стоек. Стойка игрока (исходные положения). Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Перемещения переставными шагами: лицом, правым, левым боком вперед. Сочетание способов перемещений. Овладение техникой приема и передач мяча сверху двумя руками; передача мяча, подвешенного на шнуре; с собственного подбрасывания; с набрасывания партнера; в различных направлениях на месте после перемещения; передачи в парах; отбивание мяча кулаком через сетку в непосредственной близости от нее; с собственного подбрасывания; подброшенного партнером – с места и после приземления. Прием и передача мяча снизу, прием и передача мяча двумя руками сверху (на месте и в движении приставными шагами). Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Прием мяча на задней линии. Передача двумя руками сверху на месте. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Прием мяча снизу в группе. Овладение техникой подачи: нижняя прямая подача; через сетку; подача в стенку, через сетку с расстояния 9 м; подача через сетку из-за лицевой линии; подача нижняя боковая. Нападающие удары. Прямой нападающий удар сильнейшей рукой (овладение режимом разбега, прыжок вверх толчком двух ног: с места, с 1, 2, 3 шагов разбега, удар кистью по мячу). Овладение техникой подачи. Нижняя прямая подача 3-6 м. нижняя прямая подача. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой.

Планируемые результаты освоения курса «Волейбол».

Личностные результаты:

- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Первый уровень: усвоение школьником социально значимых знаний. Это в первую очередь знание норм и традиций того общества, в котором он живёт. Знание об истории волейбола и развития его в нашей стране.

Второй уровень: развитие социально значимых отношений. Формировать положительное отношение к систематическим занятиям волейболом. Учить взаимоотношению в команде. Развивать чувство патриотизма, любви к Родине и физическому труду. Учить ценить своё здоровье и неприязнь к вредным привычкам.

Третий уровень: приобретение школьником опыта осуществления социально значимых действий. Понимать роль волейбола в укреплении здоровья. Научить школьников самостоятельно составлять свой режим дня и график тренировок. Уметь самостоятельно подбирать упражнения для своего физического развития.

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

Учащиеся научатся:

Следовать при выполнении задания инструкциям учителя понимать цель выполняемых действий различать подвижные и спортивные игры

Учащиеся получают возможность научиться:

- Принимать решения, связанные с игровыми действиями;
- Взаимодействовать друг с другом на площадке, договариваться и приходить к общему решению, работая в паре.

Предметные результаты:

- формирование знаний о волейболе и его роли в укреплении здоровья;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития
- иметь представление об истории развития волейбола в России; о правилах личной гигиены, профилактики травматизма
- технически правильно выполнять двигательные действия в волейболе.

Данная программа делает акцент на формирование у учащихся активистской культуры здоровья и предполагает:

потребность в систематических занятиях спортом, регулярном участии в спортивных соревнованиях, стремление показывать, как можно более высокие результаты на соревнованиях;

умение использовать полученные знания для успешного выступления на соревнованиях; спортивный образ (стиль) жизни, предусматривающий активные занятия спортом и регулярное участие в спортивных соревнованиях;

стремление индивида вовлечь в занятия волейболом свое ближайшее окружение (семью, друзей, коллег и т.д.).

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки

№ п/п	Содержание требований (вид испытаний)	Девочки	Мальчики
1	Бег 30 м с высокого старта (с)	5,0	4,9
2	Бег 30 м (6х5) (с)	11,9	11,2
3	Прыжок в длину с места (см)	150	170
4	Прыжок вверх, отталкиваясь двумя ногами с разбега (см)	35	45
5	Метание набивного мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками: сидя (м) в прыжке с места (м)	5,0 7,5	6,0 9,5

Модуль 3. Футбол

История развития футбола

Самый популярный командный вид спорта в мире, целью в котором является забить мяч в ворота соперника большее число раз, чем это сделает команда соперника в установленное время. Мяч в ворота можно забивать ногами или любыми другими частями тела (кроме рук).

Точной даты возникновения футбола не известно, но можно с уверенностью сказать, что история футбола насчитывает не одно столетие и затронула немало стран. Игры с мячом были популярны на всех континентах, об этом говорят повсеместные находки археологов. В Древнем Китае существовала игра, известная как «Цуцзюй», упоминания о которой были датированы вторым веком до нашей эры. По заявлению ФИФА в 2004 году, именно она считается наиболее древней из предшественников современного футбола.

В Японии подобная игра носила название «Кемари» (в некоторых источниках «Кенатт»). Первое упоминание о Кемари встречается в 644 году нашей эры. В Кэмари играют и в наше время в синтоистских святилищах во время фестивалей. В Австралии мячи делали из шкур крыс, мочевых пузырей крупных животных, из скрученных волос. К сожалению, правил игры не сохранилось. В Северной Америке тоже был предок футбола, игра называлась «pasuckuakohowog», что означает «они собрались, чтобы поиграть в мяч ногами». Обычно игры проходили на пляжах, мяч пытались забить в ворота шириной около полумили, само же поле было в два раз длиннее. Число участников игры доходило до 1000 человек.

Гигиена футболиста

Понятие о гигиене и санитарии. Общие представления об основных системах энергообеспечения человека. Дыхание. Значение дыхания для жизнедеятельности организма. Понятие о рациональном питании. Значение витаминов и минеральных солей. Режим питания. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Правильный режим дня для спортсмена, вредные привычки - курение, употребление спиртных напитков. Профилактика вредных привычек.

Техническая подготовка

Удары по мячу ногами. Удары подъемом (внешней, внутренней частью и серединой), стопой (внутренней и внешней стороной) по неподвижному, катящемуся, прыгающему и летящему мячу. Удары пяткой (назад) по катящемуся мячу. Резаные удары (внутренней и внешней частью подъема по катящемуся вперед, навстречу и сбоку мячу). Удары с полуката (всеми способами). Удары по мячу головой. Удары серединой и боковой частью лба без прыжка и в прыжке с разбега по летящему с различной скоростью и траекторией мячу. Удары вниз и верхом, вперед, в стороны и назад (по ходу полета мяча), посылая мяч на короткое и среднее расстояние с пассивным и активным сопротивлением, с оценкой тактической обстановки перед выполнением удара. Резаные удары боковой частью лба. Перевод мяча лбом. Удары на точность.

Остановка мяча.

Остановка подошвой, внутренней и внешней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча с поворотом на 90° (в зависимости от расположения игроков противника и создавшейся игровой обстановки). Остановка грудью летящего мяча с поворотом на 90°. Остановка опускающегося мяча бедром и лбом. Остановка изученными способами мячей, катящихся или летящих с различной скоростью и траекторией, с разных расстояний и направлений; на высокой скорости движения с последующим ударом или рывком.

Ведение мяча.

Ведение серединой подъема, носком и внутренней стороной стопы. Ложные движения (финты). При ведении имитировать остановку мяча подошвой или удар пяткой назад (без касания или с касанием мяча подошвой) и рывком вперед уйти с мячом. Быстро отвести мяч подошвой ноги под себя — уйти с мячом вперед. Быстро отвести мяч ногой под себя — повернуться и уйти с мячом в сторону или назад. При ведении неожиданно остановить мяч, оставив его партнеру, находящемуся за спиной, и уйти без мяча вперед, увлекая за собой соперника («скрещивание»). Ложная передача мяча партнеру.

Отбор мяча.

Отбор мяча у соперника накладыванием стопы на мяч, выполняя ложные движения и вызывая противника на определенные действия с мячом с целью его отбора.

Вбрасывание мяча.

Вбрасывание из-за боковой линии с места - положения, параллельного расположению ступней ног. Вбрасывание мяча изученными способами с разбега: на точность и дальность (по коридору шириной 2—3 м). Техника игры вратаря. Ловля в броске мяча, летящего в сторону от вратаря на высоте живота, груди, головы и колен. Ловля катящегося в сторону мяча в броске. Ловля катящегося и летящего на различной высоте мяча на выходе из ворот без падения, с падением и в броске. Ловля опускающихся и прыгающих мячей. Отбивание ладонями, пальцами рук в броске мячей, летящих в сторону от вратаря на высоте живота, груди, головы и колен. Отбивание ладонями, пальцами рук катящегося мяча в броске. Перевод мяча через перекладину ворот ладонями (двумя, одной) в прыжке. Броски мяча одной рукой с боковым замахом и снизу на точность и дальность. Бросок мяча одной рукой из-за плеча на дальность и точность. Выбивание мяча с рук и с полулета на точность и дальность. Выбивание мяча с земли и с рук на дальность и точность.

Тактика игры.

В нападении. Освобождение из-под опеки противника для получения мяча. Единоборство с соперниками, применяя обводку и ложные движения. Взаимодействие с партнерами при равном соотношении и численном превосходстве защитников соперника, используя короткие и средние передачи. Атака со сменой и без смены мест флангом и через центр. «Скрещивание» и игра «в стенку». Тактические комбинации при выполнении стандартных положений.

В защите. Персональная опека и комбинированная оборона. Подстраховка и помощь партнеру. Действия при отражении атаки соперника при равном соотношении сил и при его численном преимуществе. Взаимодействие с вратарем. Выбор позиции и страховка партнера при атаке

противника флангом и через центр. Организация оборонительных действий при введении мяча в игру из стандартных положений.

Тактика вратаря. Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот. Игра на выходах из ворот при ловле катящихся по земле и летящих на различной высоте мячей. Руководство партнерами по обороне. Комбинации с защитниками при введении мяча в игру ударом от ворот.

Судейская практика. Судейская практика проводится в ходе учебных игр.

Техника игры.

Удары по мячу ногой. Резаные удары внешней и внутренней частями подъема по летящему мячу. Удар «подсечка» (носком). Бросок мяча подъемом. Переводы мяча стопой и грудью. Удары на точность, силу и дальность, Удары по мячу головой. Удары серединой и боковой частью лба без прыжка и в прыжке с поворотом до 180°. Удары в прыжке с падением. Удары на точность, силу и дальность.

Остановка мяча. Остановка с поворотом до 180° — внутренней и внешней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча, грудью — летящего мяча. Остановка подъемом опускающегося мяча. Остановка мяча в движении. Ведение мяча. Ведение мяча изученными способами, выполняя рывки и обводку. Ложные движения (финты).

Имитируя желание овладеть мячом, катящимся навстречу или сбоку, неожиданно пропустить мяч между ног или сбоку (для партнера). Перенести правую ногу через мяч влево и, наклоняя туловище влево, послать мяч внутренней частью подъема левой ноги слева от соперника, обежать его справа и продолжить ведение мяча (финт Месхи). Выполнение двух следующих один за другим финтов (если первый финт противник сумел разгадать). Отбор мяча. Отбор мяча в «полушпагате», «шпагате» и подкате.

Тактика игры. В нападении. Создание численного перевеса в атаке за счет скоростного маневрирования по фронту и за счет подключения из глубины обороны полузащитников и защитников. Смена флангов атаки путем точной длинной передачи мяча на свободный от игроков соперника фланг (со своевременным подключением партнера). Взаимодействие при развитии атак вблизи ворот противника и завершении атаки ударом по воротам. Комбинации с переменной мест. В защите. Игра центральных защитников по зонному принципу. Создание численного превосходства в обороне. Действия при начале атаки соперника из стандартных положений вблизи своих ворот. Перестройка от обороны к началу и развитию атаки.

Тактика вратаря. Выбор места в штрафной площади при ловле мяча на выходе и на перехвате. Руководство игрой партнеров по обороне. Ввод мяча в игру. Организация контратаки. Инструкторская и судейская практика.

Планируемые результаты освоения курса «Футбол».

После первого года обучения занимающийся в кружке ожидает, что он наберет достаточный уровень общей физической, приобретет навыки и умения игры в футбол, расширит кругозор и знания по судейству игры в футбол. На первом году обучения занимающиеся должны владеть игровыми ситуациями и достичь высокого уровня специальной подготовки при выполнении сложных приемов овладения мячом на высокой скорости, улучшить маневренность и подвижность футболиста в играх, повысить уровень его морально – волевых качеств.

Учащийся получит возможность научиться:

- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;
- управлять своими эмоциями;
- владеть игровыми ситуациями на поле;
- уметь владеть техникой передвижений, остановок, поворотов, а также техникой ударов по воротам.
- значение правильного режима дня юного спортсмена;
- разбор и изучение правил игры в футбол;
- роль капитана команды, его права и обязанности;
- правила использования спортивного инвентаря.
- задачи врачебного контроля при занятиях физической культурой и спортом;
- значение и содержание самоконтроля;
- дневник самоконтроля;
- причины травм на занятиях по футболу и их предупреждение.

Учащиеся получат возможность научиться:

- технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальный уровень работоспособности;
- уметь владеть техникой и тактикой игры в нападении и защите во время игровых ситуаций.

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки

№	ОФП	Мальчики	Девочки
1	Челночный бег (3 x 10 м)	9,5	10
2	Кросс без учета времени (м)	-	-
3	Бег 30 метров (сек)	11,9	11,2
4	Прыжок в длину с места (см)	150	170

Контрольные упражнения по физической подготовке юных спортсменов подобраны таким образом, чтобы были видны результаты работы с группой тренера-преподавателя и занимающихся, в соответствии с этапами подготовки.

Методическое обеспечение программы

Формы проведения занятий:

- беседа
- групповое выполнение заданий
- самостоятельная работа
- спортивные соревнования
- индивидуальный подход
- дифференцированный подход

Приёмы и методы организации учебно-воспитательного процесса:

- репродуктивные
- наглядные
- иллюстративные
- игровые

Приёмы и методы организации учебно-воспитательного процесса:

- репродуктивные
- наглядные
- иллюстративные
- игровые
- соревновательный

Новизна и актуальность:

- творческое развитие обучающихся
- формирование физической культуры личности
- сохранение региональных традиций
- воспитание здорового образа жизни

Техническое оснащение занятий:

- набивные мячи
- баскетбольные мячи
- футбольные мячи
- волейбольные мячи
- гимнастические скамейки
- секундомер
- свисток
- скакалки
- теннисные мячи
- конусы
- маты
- гантели и блины

Формы аттестации

Аттестация обучающихся в результате освоения дополнительной общеразвивающей программы «Спортивные игры» предусматривает контроль теоретической и практической подготовки в соответствии с требованиями дополнительной общеразвивающей программы.

Реализация программы предусматривает следующие виды аттестации:

Промежуточная аттестация - опрос, тестирование обучающихся.

Оценка уровня технико-тактической, физической подготовленности учащихся. Учащиеся сдают нормативы (Приложение 1).

Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
МОДУЛЬ 1. Баскетбол								
1	Сентябрь			Теоретическое занятие	1	Техника безопасности при занятиях баскетболом	Кабинет	
2				Теоретическое занятие	1	Гигиенические требования к занимающимся	Кабинет	
3				Теоретическое занятие	1	Правила по баскетболу	Кабинет	
4				Практическое занятие	1	Ведение мяча на месте	Спортивный зал	
5				Практическое занятие	1	Нормативы. Входной контроль	Спортивный зал	Сдача нормативов

6	Октябрь			Практическое занятие	1	Игра в баскетбол	Спортивный зал	
7				Практическое занятие	1	Передача мяча одной рукой от плеча	Спортивный зал	
8				Практическое занятие	1	Ведение мяча по дуге	Спортивный зал	
9				Практическое занятие	1	Остановка прыжком	Спортивный зал	
10	Ноябрь			Практическое занятие	1	Стойка и перемещение баскетболиста	Спортивный зал	
11				Практическое занятие	1	Броски в корзину	Спортивный зал	
12				Практическое занятие	1	Контрольные нормативы	Спортивный зал	Сдача нормативов

МОДУЛЬ 2. Волейбол

13	Ноябрь			Практическое занятие	1	Техника безопасности при занятиях волейболом	Кабинет	
14				Практическое занятие	1	Гигиенические требования к занимающимся	Кабинет	
15	Декабрь			Практическое занятие	1	Правила по волейболу	Кабинет	
16				Практическое занятие	1	Передача мяча сверху	Спортивный зал	
17				Практическое занятие	1	Нижняя прямая подача	Спортивный зал	
18				Практическое занятие	1	Верхняя прямая подача	Спортивный зал	
19				Практическое занятие	1	Индивидуальные действия в нападении	Спортивный зал	
20	Январь			Практическое занятие	1	Прямой нападающий удар	Спортивный зал	
21				Практическое занятие	1	Блокирование	Спортивный зал	

22	Февраль			Практическое занятие	1	Прямой нападающий удар	Спортивный зал	
23				Практическое занятие	1	Контрольные нормативы	Спортивный зал	Сдача нормативов
МОДУЛЬ 3. Футбол								
24	Февраль			Практическое занятие	1	Техника безопасности при занятиях футболом	Кабинет	
25				Практическое занятие	1	Гигиенические требования к занимающимся	Кабинет	
26	Март			Практическое занятие	1	Правила по футболу	Спортивный зал	
27				Практическое занятие	1	Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Остановка и передача мяча на месте	Спортивный зал	
28				Практическое занятие	1	Остановка и передача мяча в движении	Спортивный зал	
29				Практическое занятие	1	Игра «Квадрат». Учебная игра	Спортивный зал	
30				Практическое занятие	1	Ведение мяча с изменением направления.	Спортивный зал	
31	Апрель			Практическое занятие	1	Развитие двигательных качеств	Спортивный зал	
32				Практическое занятие	1	Обманные движения (финты). Игра «Квадрат».	Спортивный зал	
33				Практическое занятие	1	Отбор мяча. Вбрасывание. Учебная игра.	Спортивный зал	
34				Практическое занятие	1	Контрольные нормативы	Спортивный зал	Сдача нормативов

Список используемой литературы

1. Байгулов Ю. П. Программа средней школы по физической культуре (внеклассная работа), М., Просвещение, 1982г.
2. Байгулов Ю. П. Мостки к мастерству. - Спортивные игры, 1974, №4:
3. Байгулов Ю. П.; Аверин Г. А. Атакует чемпион мира. - Спортивные игры, 1973, N3
4. Бубэх. и др: Тесты в спортивной практике. М., 1968.
5. Рудик П. А. Психология. М., 1967.
6. М.А. Давыдов. Судейство в баскетболе, - Москва, «Физкультура и спорт», 1983 г.
7. Е.Р. Яхонтова. Юный баскетболист: пособие для тренеров. - Москва, «Физкультура и спорт», 1987 г.
8. Приложение к газете «Первое сентября» - «Спорт в школе» №11, июнь 2003 г.
9. В.И. Лях, Г.Б. Мейксон. Физическое воспитание учащихся 5-7 классов: пособия для учителя. - Москва, «Просвещение», 2002 г.
10. Л.Б.Кофман, Г.И.Погадаев, «Настольная книга учителя физической культуры», издательство «Физкультура и спорт», 1998 год;
11. А.П.Матвеев, Т.В.Петрова, «Оценка качества подготовки выпускников основной школы по физической культуре», издательство «Просвещение», 2000 г.;
12. Примерная программа по баскетболу для детско-юношеских школ. - М. 2004г;
13. С.М.Зверев, «Типовые программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ», М., «Просвещение», 1986 год.

Формы аттестации

Формы промежуточной аттестации:

- контрольные нормативы по общей физической подготовке (ОФП);
- контрольные нормативы по специальной физической подготовке (СФП);
- теоретическое тестирование.

Текущая аттестация – по итогам проведения занятия (форма педагогического контроля спортивной формы обучающихся, динамика освоение уровня содержания программы, достижений обучающихся в период обучения).

Итоговая аттестация - выявление уровня освоения обучающимися программы дополнительного образования, форма оценки показателей тренировочной и соревновательной подготовки и его соответствия прогнозируемым результатам.

Форма контроля итоговой аттестации: участие в соревнованиях.

По окончании обучения, обучающимся выдается свидетельство о прохождении обучения по дополнительной общеразвивающей программе «Спортивные игры».

Формы контроля промежуточной аттестации:

- контрольные нормативы по общей физической подготовке (ОФП);
- контрольные нормативы по специальной физической подготовке (СФП);
- теоретическое тестирование.

Итоговый контроль (итоговая аттестация) - выявление уровня освоения обучающимися программы дополнительного образования, форма оценки показателей тренировочной и соревновательной подготовки и его соответствия прогнозируемым результатам.

Форма контроля итоговой аттестации: участие в соревнованиях.

По окончании обучения, обучающимся выдается свидетельство о прохождении обучения по дополнительной общеразвивающей программе «Спортивные игры».