

Департамент Смоленской области по образованию и науке
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа №2» города Велижа Смоленской области

Принята на заседании
педагогического совета

от «_23_» августа 2024г.
Протокол № _1_

Утверждаю:

Директор МБОУ «Средняя школа
№2» города Велижа

_____/КирилловаТ.И./

Приказ № 191 - О от
«_23_» августа 2024г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности

«Спортивные игры»



Возраст обучающихся: 12–15 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель: Ильиных Антонина Анатольевна

педагог дополнительного образования

Велиж, 2024г.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Спортивные игры» соответствует требованиям нормативно-правовых документов Российской Федерации, регламентирующих образовательную деятельность учреждений дополнительного образования, анализ социального заказа и рекомендации специалистов в данной области.

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

1. Федеральный Закон РФ от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Министерства Просвещения РФ от 27.07.2022. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. Постановление Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 № 28 СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства РФ от 31.03. 2022 г. № 678-р).
5. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы).
6. Письмо Министерства просвещения РФ от 19.03.2020 № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» («Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»).
7. Постановление Правительства РФ от 11.10.2023 № 1678 Постановление Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ
8. Устав учреждения.

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Спортивные игры» направлена на удовлетворение потребностей обучающихся в активных формах двигательной деятельности, обеспечивает физическое, психическое и нравственное оздоровление обучающихся. Спортивные игры призваны сформировать у обучающихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, в творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В программе представлены доступные для обучающихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики спортивных игр, развитию физических способностей.

Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека. Отражение условий для социального, культурного и профессионального самоопределения, творческой самореализации личности в настоящий момент, соответствие современным запросам.

Возрастные особенности среднего школьного возраста (подростковый возраст) охватывает детей в возрасте от 12 до 15 лет характеризуются интенсивным ростом и увеличением размеров тела. В подростковом возрасте увеличиваются индивидуальные различия детей, что необходимо учитывать в обучении движениям и при развитии двигательных способностей. В этой связи для группы школьников и отдельных учащихся следует дифференцировать задачи, содержание, темп овладения программным материалом, оценку их достижений.

Дифференцированный и индивидуальный подход особенно важен для учащихся, имеющих или низкие или высокие результаты.

При выборе средств и методов, используемых на занятиях; необходимо в большей мере, чем в младшем школьном возрасте, учитывать половые особенности учащихся.

Соотношение практических методов (игрового, строго регламентированного упражнения) примерно равное. Физическая активность подростка реализуется, прежде всего при занятиях в спортивных секциях. Независимо от формы занятий существенным элементом физической подготовки подростков являются соревновательные нагрузки, участие в различных состязаниях. Следует максимально использовать потребность детей среднего возраста в состязаниях, предоставлять им широкие возможности помериться силами со спортивными соперниками. Виды соревнований желательно разнообразить с тем, чтобы предоставить ребенку как можно больше шансов на успех.

У детей среднего школьного возраста достаточно высокими темпами улучшаются отдельные координационные способности (в метаниях на меткость и на дальность, в спортивно-игровых двигательных действиях), силовые и скоростно-силовые способности; умеренно увеличиваются скоростные способности и выносливость. Под влиянием занятий спортом у подростков и юношей происходит более ускоренное и более адекватное характеру деятельности развитие психических качеств, причем направленность изменений в таких качествах соответствует специфике вида спорта.

Актуальность программы заключается в том, что именно система дополнительного образования детей, в силу своей уникальности, способна не только раскрыть личностный потенциал любого ребёнка, но и подготовить его к условиям жизни в высоко конкурентной среде, развить умения бороться за себя и реализовывать свои идеи. Поэтому ребенку очень важно движение, именно с детства формируется потребность к занятиям физкультурой и спортом, привычка здорового образа жизни. Выбор методов и средств воздействия на привития обучающимся потребности к двигательной активности, которая определяется заинтересованностью и сознательным участием его в физкультурно-спортивном процессе.

Педагогическая целесообразность программы в том, что она рассчитана для поэтапного развития школьников и позволяет привлечь к занятиям спортивными играми, большее количество детей разного возраста, в частности 12-

15 лет, обеспечивает рост качества и количество мероприятий физкультурно-спортивной направленности, а также способствует привлечению квалифицированных специалистов к обучению детей, повышению их мотивации, родителей и педагогов к реальной деятельности в физкультурно-спортивной направленности, способствует развитию здорового образа жизни, достижению спортивного мастерства через практическую деятельность.

В спортивных играх у ребенка повышается умственная активность, ориентировка в пространстве, развивается сообразительность, быстрота мышления, происходит осознание собственных действий. Спортивные игры содействуют развитию социально-коммуникативных навыков у детей. Спортивные и подвижные игры укрепляют крупные группы мышц, развивают психофизические качества: силу, быстроту, ловкость, выносливость.

Отличительной особенностью данной программы является

- общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Спортивные игры» позволяет в условиях внеурочной деятельности через дополнительное образование расширить возможности образовательной области «Физической культуры»;
- программа ориентирована на развитие творческого потенциала и физических способностей обучающихся разных возрастных групп;
- содержание программы является основой для развития двигательных умений и навыков как групп обучающихся, так и отдельно взятых обучающихся;
- программа дополнительного образования имеет четкую содержательную структуру на основе постепенной (от простого к сложному) многолетней подготовки реализации задач.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Спортивные игры» содержит научно обоснованные рекомендации по структуре и организации учебно-тренировочного процесса подготовки на спортивно-оздоровительном этапе.

Практическая направленность программы

Организация внеурочных и внеклассных занятий физической культурой и активного отдыха детей и подростков, через популяризацию различных видов спорта.

Новизна программы состоит в том, что данная программа достаточно универсальна, имеет большую практическую значимость. Двигательная деятельность, которая своей направленностью и содержанием связана с совершенствованием физической природы человека. В процессе освоения данной программы воспитанники формируются как целостная личность, в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств. В программе прослеживается изучение различных видов спортивной подготовки с применением специальных упражнений на развитие координационных способностей, силы, силовой выносливости, беговой выносливости, скорости в беге, овладение техникой двигательных действий и тактическими приемами в игровой деятельности. Занятия проводятся на открытой спортивной площадке и спортивном зале .

Адресат программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Спортивные игры» разработана для учащихся 12-15 лет.

Программа составлена с учетом санитарно-гигиенических требований, показателей о возрастных особенностях учащихся и порядка проведения занятий.

Занятия проводятся в группах от 8 до 15 человек.

Программа может быть адаптирована для учащихся с особыми образовательными потребностями.

Программа рассчитана на 72 часа, по 2 часа в неделю.

Уровень сложности: базовый

Режим проведения занятий: 1 раз в неделю, 2 занятия по 40 минут каждое.

Сроки реализации программы: с 1 сентября по 31 мая 2024-2025 учебного года.

Основной **формой организации образовательного процесса** является очная классно-урочная система с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, что позволяет:

- обеспечить доступность образования для учащихся, имеющих временные ограничения возможностей здоровья и не имеющие возможности регулярно посещать образовательное учреждение (находящихся на госпитализации в медицинских учреждениях, санатории, дома и т.п.);
- обеспечить возможность продолжения образовательного процесса в условиях введения карантина;
- обеспечить доступность образования для детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья, детей, имеющих поведенческие проблемы;
- обеспечить возможность получения дополнительного образования с использованием дистанционных технологий (например, обучающиеся, временно находящиеся в другом от основного места проживания городе: длительная командировка родителей и т.п.).

При реализации данной программы могут быть применены различные формы организации обучения: индивидуальные; индивидуально-групповая; групповые; теоретические занятия; групповые тренировочные занятия; тестирования; участие в соревнованиях.

Основной формой является групповое тренировочное занятие. Групповое занятие условно делится на три части: подготовительную, основную, заключительную.

Подготовительная часть включает в себя построение группы, переключку, объяснение задач и порядка проведения занятия, выполнение комплекса общеразвивающих и специальных физических упражнений, краткое повторение пройденного материала с разбором ошибок, ознакомление с новыми упражнениями. Основная часть направлена на решение главных задач занятия.

Заключительная часть строится таким образом, чтобы постепенно снизить физическую нагрузку, а также подведение итогов занятий.

Допускаются дистанционные формы работы в случае пропуска занятий обучающимся по болезни или неблагоприятной эпидемиологической ситуации:

Особенности организации образовательного процесса

Состав группы постоянный.

Программа имеет практико-ориентированную направленность, формы занятий разнообразны: индивидуальные; индивидуально-групповая; групповые; теоретические занятия; групповые тренировочные занятия; тестирования; участие в соревнованиях. Отработка и закрепление основных умений и навыков осуществляется при выполнении практических заданий. Обучающиеся самостоятельно, в сотрудничестве с преподавателем выполняют различные задания, на занятиях организуется обсуждение результатов.

Отработка и закрепление основных умений и навыков осуществляется на большом количестве упражнений, доступных обучающимся. В то же время это не означает монотонной и скучной деятельности, так как программа наполнена заданиями, разнообразными по форме и содержанию, позволяющими применять получаемые знания в многообразии ситуаций.

Технологии, используемые в организации занятий, должны быть деятельностно-ориентированными, чтобы способствовать процессу самоопределения учащихся и помочь им адекватно оценить себя, не занизив уровень своей самооценки.

Основой проведения занятий может служить технология системно-деятельностного подхода, которая обеспечивает системное включение ребенка в процесс самостоятельного построения им нового знания и позволяет проводить разноуровневое обучение.

Условием, позволяющим правильно построить учебный процесс, является то, что изучение каждой темы начинается с проведения установочных занятий, выделяется главное и, исходя из этого, дифференцируется материал: определяются те задачи, с помощью которых происходит отработка знаний, умений и навыков, и те, которые служат развитию, побуждению интереса.

Цель программы: заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья, как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Для достижения этой цели предполагается решение следующих *задач*:

- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию, побуждать детей сознательно относиться к собственному здоровью;
- развивать двигательные качества и способности детей: ловкость, быстроту, силу, выносливость;
- формировать потребность в ежедневной двигательной активности;
- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;
- воспитание нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

Основные **задачи** освоения программы являются:

Образовательные (предметные)

1. Формировать школу движений, практических двигательных умений и навыков, сознательное управление своим телом, сообщение теоретических знаний из области физической культуры и здорового образа жизни.
2. Формировать навыки и привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями. Овладение обучающимися методиками для самостоятельных занятий.
3. Достигать возможного для каждой возрастной группы уровня развития физических и игровых качеств.
4. Формировать интерес, потребность к систематическим занятиям.
5. Приобретать знания, теоретические сведения по физической культуре, в частности, по видам спорта
6. Формировать умения действовать в игровой обстановке, в соревновательных условиях.

Развивающие (метапредметные)

- Развивать специальные физические качества и способности, необходимые при совершенствовании техники и тактики игры.
- Развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.
- Развивать память, внимание, представление, воображение, ориентирование в пространстве.
- Развивать способности управлять эмоциями.
- Развивать волевые качества.
- Развивать стойкий интерес к занятиям физическими упражнениями.

Воспитательные (личностные)

1. Создавать в процессе обучения атмосферу доброжелательности, сотрудничества, включение в активную деятельность, создавать комфортную обстановку, ситуацию успеха.
2. Воспитывать личности спортсмена.
3. Формировать спортивный коллектив.
4. Воспитать чувства товарищества, взаимопомощи.
5. Воспитать умение соревноваться индивидуально и коллективно. Прививать обучающимся спортивную этику.

Планируемые результаты освоение программы« Спортивные игры»

В результате обучения по дополнительной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности «Спортивные игры»

Учащиеся должны знать:

- что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;
- как правильно распределять свою физическую нагрузку;
- правила игры в волейбол, баскетбол, футбол;
- правила охраны труда и поведения на занятиях и в повседневной жизни;
- правила проведения соревнований;
- технологическую последовательность выполнения работы.

Учащиеся должны уметь:

- проводить специальную разминку
- овладеют основами техники
- овладеют основами судейства
- вести счет;
- планировать учебное сотрудничество с педагогом и сверстниками, определять цели, функций участников, способы взаимодействия;

- осуществлять постановку вопросов – инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешать конфликты, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;

Личностные результаты:

- развитие положительных личностных качеств учащихся (трудолюбия, упорства, настойчивости, умения работать в коллективе, уважение к людям);
- развитие природных данных, для быстрого роста мастерства;
- смогут аргументировать свою точку зрения на выбор оснований и критериев при выделении признаков, сравнении и классификации объектов;
- улучшат общую выносливость организма к продолжительным физическим нагрузкам, координацию движений, быстроту реакции и ловкость;
- разовьют сенсорные и моторные навыки.

Метапредметные результаты:

- будут развиты общие двигательные и специальные физические способности;
- будут уметь проявлять физические способности;
- будут уметь работать в коллективе;
- будут проявлять индивидуальность и самостоятельность, самоконтроль, самооценку;
- правильно оценивать результаты своей деятельности.

Предметные результаты:

- формирование навыков игры, применения технологий, приемов и методов работы по программе;
- приобретение опыта физкультурно-спортивной деятельности;
- овладение теоретическими и практическими основами игры в баскетбол, волейбол, футбол;
- приобретение необходимых волевых, психологических качеств, для стабильности и успешности выступления на ответственных соревнованиях;
- укрепят своё здоровье.

Формы аттестации/контроля

Обучение ведется на безотметочной основе.

Для оценки эффективности занятий можно использовать следующие показатели:

- стабильность состава занимающихся;
- динамика прироста индивидуальных показателей выполнения программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в

количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической, интегральной и теоретической подготовки;

- результаты участия в соревнованиях.

Способами определения результативности программы являются:

- диагностирование уровня физического развития, функциональных возможностей детей;
- диагностика имеющихся знаний;
- тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков;
- анкетирование;
- участие в соревнованиях;
- анализ уровня заболеваемости воспитанников.

Оценочные материалы

- входной контроль (проводится в начале обучения по программе)

цель: уровень физического развития, функциональных возможностей, диагностика имеющихся знаний;

формы оценки: тестовые работы; тестирование

- текущий контроль (проводится на каждом занятии)

цель: оценки качества усвоенного материала на каждом занятии;

формы оценки: тестовые, практические работы и др.;

- промежуточная аттестации:(проводится в конце года)

цель: оценки качества усвоенного материала

формы оценки: результаты опросов, тестов и иных диагностических материалов.

Учебный план группы 1

5-7 класс

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
I	Баскетбол (вводное занятие)	13	1		Беседа
1	Техническая подготовка				
	Имитационные упражнения без мяча	1		1	Практическое занятие
	Ловля и передача мяча	1		1	Практическое занятие
	Ведение мяча	1		1	Практическое занятие
	Броски мяча	1		1	Практическое занятие
2	Тактическая подготовка				
	Действия игрока в защите	1		1	Практическое занятие
	Действия игрока в нападении	1		1	Практическое занятие
3	Физическая подготовка				
	Общая подготовка	1		1	Практическое занятие
	Специальная	1		1	Практическое занятие
	Участие в соревнованиях, олимпиадах	3		3	Наблюдение.
4	Тестирование	1	1	0	Наблюдение.
II	Волейбол	12	1		Беседа
1	Перемещения, передачи	3		3	Практическое занятие
2	Подача мяча	1		1	Практическое занятие
3	Прием мяча	2		2	Практическое занятие
4	Действия в нападении	3		3	Практическое занятие
5	Игры, соревнования, судейство	2		3	Наблюдение. Игры
III	Футбол	11	1	0	Беседа
1	Стойки, перемещения	1		1	Практическое занятие
2	Остановка, ведение мяча, передачи	2		2	Практическое занятие
3	Удары по мячу, финты	2		2	Практическое занятие
4	Подвижные игры	2		2	Практическое занятие
5	Игры в футбол, судейство	3		3	Практическое занятие
6	Тестирование (итоговый контроль)	1	1	0	Наблюдение.

Содержание учебного плана 5-7 класс

Раздел 1. Баскетбол (вводное занятие)

Теория. Правила техники безопасности на спортивной площадке. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Гигиена. Врачебный контроль и самоконтроль. Гигиенические требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями. Самоконтроль, из чего он состоит. Способы подсчета пульса. Способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями. Основные линии на площадке. Основные правила игры в баскетбол. Какие бывают нарушения правил. Жесты судей. Требования к технике безопасности на занятиях по баскетболу. Проведение соревнований по баскетболу.

Практика. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Остановка «прыжком». Повороты без мяча и с мячом. Остановка «В два шага». Повороты без мяча и с мячом. Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение) Передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге) Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге) Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение без сопротивления и с пассивным сопротивлением защитника ведущей и не ведущей рукой. Броски одной рукой и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника. Максимальное расстояние до корзины 4м 80 см .Вырывание и выбивание мяча. Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом(2:1). Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков.

Игра по упрощенным правилам минибаскетбола. Игры и игровые задания 2:1,3:1,3:2,3:3.

Раздел 2. Волейбол

Теория. Основные правила игры в волейбол. Что такое безопасность на спортивной площадке. Правила безопасности при занятиях спортивными играми. Гигиенические правила – как их соблюдение способствует укреплению здоровья.

Практика. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром. Индивидуальные действия игроков в зависимости от позиции игрока на площадке. Индивидуальные действия игроков в зависимости от позиций игрока на площадке. Приём мяча, отраженного сеткой. Одиночное блокирование и страховка. Передача мяча в двойках, тройках, через сетку, в заднюю часть площадки. Комбинации из освоенных элементов. Верхняя прямая подача. Прием мяча. Прием подачи. Прием мяча с подачи. Комбинации из освоенных элементов: приём, передача, блокирование. Подвижные игры и эстафеты. Игры и игровые задания по упрощенным правилам. Взаимодействие игроков на площадке. Игра по правилам.

Раздел 3. Футбол

Теория. Различия между футболом и мини-футболом (фут залом). Физическая нагрузка и её влияние на частоту сердечных сокращений (ЧСС). Закаливание организма зимой.

Практика. Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения, без сопротивления защитника, с пассивным и активным сопротивлением защитника, ведущей и не ведущей ногой. Ложные движения. Удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадание мячом в цель. Удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную (полоса шириной 1,5 метра, длиной до 7-8 метров) мишень в вертикальную (полоса шириной 2 метра, длиной 5-6 метров) мишень. Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров. Игра по правилам.

Итоговый

контроль: Тестирование

Календарный учебный график(5-7 класс)

№ п/п	Месяц	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь	Лекция. Беседа.	1	Стойки баскетболиста	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Беседа
2	сентябрь	Групповое занятие	1	Перемещения баскетболиста	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
3	сентябрь	Групповое занятие	1	Остановка «прыжком»	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
4	сентябрь	Групповое занятие	1	Остановка «В два шага»	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
5	октябрь	Групповое занятие	1	Передачи мяча	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
6	октябрь	Групповое занятие	1	Ловля мяча	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
7	октябрь	Групповое занятие	1	Ведение мяча	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
8	октябрь	индивидуально-групповая	1	Броски в кольцо.	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
9	ноябрь	индивидуально-групповая	1	Тактические действия. Игра в защите	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
10	ноябрь	индивидуально-групповая	1	Игра в нападении	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
11	ноябрь	индивидуально-групповая	1	Игры. Участие в соревнованиях	МБОУ «Средняя	Тренировочные

					школа №2» города Велижа	упражнения
12	ноябрь	групповые тренировочные занятия	1	Игры. Участие в соревнованиях	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Наблюдение, учебная игра
13	декабрь	групповые тренировочные занятия	1	Тестирование	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Наблюдение
14	декабрь	групповые тренировочные занятия	1	Индивидуальные тактические действия в нападении	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
15 16	декабрь	групповое занятие	2	Индивидуальные тактические действия в нападении	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
17	декабрь	групповые тренировочные занятия	1	Индивидуальные тактические действия в защите	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
18	январь	групповые тренировочные занятия	1	Индивидуальные тактические действия в защите	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
19	январь	групповые тренировочные занятия	1	Верхняя прямая подача	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
20	январь	групповые тренировочные занятия	1	Верхняя прямая подача	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
21	январь	групповые тренировочные занятия	1	Закрепление техники передачи	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
22	февраль	групповые тренировочные занятия	1	Закрепление техники приема мяча с подачи.	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
23	февраль	групповые тренировочные занятия	1	Закрепление техники приема мяча с подачи.	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
24	февраль	групповые тренировочные занятия	1	Подвижные игры и эстафеты. Игра по правилам	МБОУ «Средняя школа №2» города	Наблюдение, учебная игра

					Велижа	
25	февраль	групповые тренировочные занятия	1	Подвижные игры и эстафеты. Игра по правилам	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Наблюдение, учебная игра
26	март	групповые тренировочные занятия	1	Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
27	март	групповые тренировочные занятия	1	Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
28	март	групповые тренировочные занятия	1	Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
29	март	групповые тренировочные занятия	1	Удар по мячу	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
30	апрель	групповые тренировочные занятия	1	Удар по мячу	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
31	апрель	групповые тренировочные занятия	1	Удар по мячу	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
32 33	апрель	групповые тренировочные занятия	2	Удар по мячу	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
34	апрель	групповые тренировочные занятия	1	Игра по упрощенным правилам	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Наблюдение, учебная игра
35	май	групповые тренировочные занятия	1	Игра по упрощенным правилам	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Наблюдение, учебная игра
36	май		1	Тестирование		Наблюдение

Учебный план группы 2

8-9 класс

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
I	Баскетбол (вводное занятие)	13	1		Беседа
1	Техническая подготовка				
	Имитационные упражнения без мяча	1		1	Практическое занятие
	Ловля и передача мяча	1		1	Практическое занятие
	Ведение мяча	1		1	Практическое занятие
	Броски мяча	1		1	Практическое занятие
2	Тактическая подготовка				
	Действия игрока в защите	1		1	Практическое занятие
	Действия игрока в нападении	1		1	Практическое занятие
3	Физическая подготовка				
	Общая подготовка	1		1	Практическое занятие
	Специальная	1		1	Практическое занятие
	Участие в соревнованиях, олимпиадах	3		3	Наблюдение.
4	Тестирование	1	1	0	Наблюдение.
II	Волейбол	12	1		Беседа
1	Перемещения, передачи	3		3	Практическое занятие
2	Подача мяча	1		1	Практическое занятие
3	Прием мяча	2		2	Практическое занятие
4	Действия в нападении	3		3	Практическое занятие
5	Игры, соревнования, судейство	2		3	Наблюдение. Игры
III	Футбол	11	1	0	Беседа
1	Стойки, перемещения	1		1	Практическое занятие
2	Остановка, ведение мяча, передачи	2		2	Практическое занятие
3	Удары по мячу, финты	2		2	Практическое занятие
4	Подвижные игры	2		2	Практическое занятие
5	Игры в футбол, судейство	3		3	Практическое занятие
6	Тестирование (итоговый контроль)	1	1	0	Наблюдение.
	Итого	36	5	31	

Содержание учебного плана 8-9 класс

Раздел 1. Баскетбол (вводное занятие)

Теория. Правила техники безопасности на спортивной площадке. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Способы подсчета пульса. Способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями. Основные линии на площадке. Основные правила игры в баскетбол. Какие бывают нарушения правил. Жесты судей. Требования к технике безопасности на занятиях по баскетболу. Проведение соревнований по баскетболу.

Практика. Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Остановка двумя руками и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение). Ловля и передача мяча на месте и в движении без сопротивления, с пассивным и активным сопротивлением защитника. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение без сопротивления, пассивным и активным защитника ведущей и не ведущей рукой. Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли), в прыжке, без сопротивления защитника, с противодействием. Выравнивание и выбивание мяча. Перехват мяча. Позиционное нападение без изменения позиций игроков, с изменением позиций, личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5 на одну корзину. Тактические действия в нападении. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Взаимодействие двух, трех игроков в нападении и защите через «заслон». Взаимодействие игроков (тройка и малая восьмерка).

Раздел 2. Волейбол

Теория. Основные правила игры в волейбол. Что такое безопасность на спортивной площадке. Правила безопасности при занятиях спортивными играми. Гигиенические правила – как их соблюдение способствует укреплению здоровья. Игра по правилам с привлечением учащихся к судейству. Жесты судьи.

Практика. Передача мяча у сетке и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Прямой нападающий удар при встречных передачах. Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, блокирование. Одиночное блокирование и страховка. Игры и игровые задания по упрощенным правилам. Игра по правилам. Взаимодействие игроков линии

защиты и нападения. Взаимодействие игроков на площадке в нападении и защите. Игры и игровые задания по усложненным правилам, с ограничением пространства и с ограниченным количеством игроков.

Раздел 3. Футбол

Теория. Различия между футболом и мини-футболом (фут залом). Физическая нагрузка и её влияние на частоту сердечных сокращений (ЧСС). Закаливание организма зимой. Игра по правилам с привлечением учащихся к судейству. Жесты судьи.

Практика. Удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения без сопротивления защитника, пассивным и активным сопротивлением защитника. ведущей и не ведущей ногой. Ложные движения. Перехват, выбивание мяча. Удар (пас), прием мяча, остановка. Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом. Игра вратаря. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Командные действия. Взаимодействие защитников и вратаря. Нападения и защита в игровых заданиях с атакой и без атаки ворот. Игра по правилам.

Итоговый контроль: Тестирование

Календарный учебный график(8-9 класс)

№ п/п	Месяц	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь	Лекция. Беседа.	1	Стойки баскетболиста	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Беседа
2	сентябрь	Групповое занятие	1	Перемещения баскетболиста	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
3	сентябрь	Групповое занятие	1	Остановка «прыжком»	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
4	сентябрь	Групповое занятие	1	Остановка «В два шага»	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
5	октябрь	Групповое занятие	1	Передачи мяча	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
6	октябрь	Групповое занятие	1	Ловля мяча	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
7	октябрь	Групповое занятие	1	Ведение мяча	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
8	октябрь	индивидуально-групповая	1	Броски в кольцо.	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
9	ноябрь	индивидуально-групповая	1	Тактические действия. Игра в защите	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
10	ноябрь	индивидуально-групповая	1	Игра в нападении	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения

11	ноябрь	индивидуально-групповая	1	Игры. Участие в соревнованиях	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
12	ноябрь	групповые тренировочные занятия	1	Игры. Участие в соревнованиях	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Наблюдение, учебная игра
13	декабрь	групповые тренировочные занятия	1	Тестирование	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Наблюдение
14	декабрь	групповые тренировочные занятия	1	Индивидуальные тактические действия в нападении	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
15 16	декабрь	групповое занятие	2	Индивидуальные тактические действия в нападении	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
17	декабрь	групповые тренировочные занятия	1	Индивидуальные тактические действия в защите	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
18	январь	групповые тренировочные занятия	1	Индивидуальные тактические действия в защите	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
19	январь	групповые тренировочные занятия	1	Верхняя прямая подача	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
20	январь	групповые тренировочные занятия	1	Верхняя прямая подача	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
21	январь	групповые тренировочные занятия	1	Закрепление техники передачи	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
22	февраль	групповые тренировочные занятия	1	Закрепление техники приема мяча с подачи.	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
23	февраль	групповые тренировочные занятия	1	Закрепление техники приема мяча с подачи.	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения

24	февраль	групповые тренировочные занятия	1	Подвижные игры и эстафеты. Игра по правилам	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Наблюдение, учебная игра
25	февраль	групповые тренировочные занятия	1	Подвижные игры и эстафеты. Игра по правилам	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Наблюдение, учебная игра
26	март	групповые тренировочные занятия	1	Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
27	март	групповые тренировочные занятия	1	Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
28	март	групповые тренировочные занятия	1	Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
29	март	групповые тренировочные занятия	1	Удар по мячу	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
30	апрель	групповые тренировочные занятия	1	Удар по мячу	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
31	апрель	групповые тренировочные занятия	1	Удар по мячу	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
32 33	апрель	групповые тренировочные занятия	2	Удар по мячу	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Тренировочные упражнения
34	апрель	групповые тренировочные занятия	1	Игра по упрощенным правилам	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Наблюдение, учебная игра
35	май	групповые тренировочные занятия	1	Игра по упрощенным правилам	МБОУ «Средняя школа №2» города Велижа	Наблюдение, учебная игра
36	май		1	Тестирование		Наблюдение

Рабочая программа воспитания

Воспитательный компонент осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

- 1) гражданско-патриотическое;
- 2) нравственное и духовное воспитание;
- 3) воспитание положительного отношения к труду и творчеству;
- 4) интеллектуальное воспитание;
- 5) здоровьесберегающее воспитание;
- 6) правовое воспитание и культура безопасности;
- 7) воспитание семейных ценностей;
- 8) формирование коммуникативной культуры;
- 9) экологическое воспитание.

Цель – формирование гармоничной личности с широким мировоззренческим кругозором, с серьезным багажом теоретических знаний и практических навыков, посредством информационно-коммуникативных технологий.

Используемые формы воспитательной работы: викторина, экскурсии, игровые программы, диспуты.

Методы: беседа, мини-викторина, моделирование, наблюдения, столкновения взглядов и позиций, проектный, поисковый.

Планируемый результат: вовлечение школьников в интересную и полезную для них деятельность, которая предоставит им возможность самореализоваться в ней, сформированность настойчивости в достижении цели, стремление к получению качественного законченного результата; умение работать в команде; сформированность нравственного, познавательного и коммуникативного потенциалов личности.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1. гражданского воспитания:

сформированность гражданской позиции обучающегося как активного и ответственного члена российского общества; формирование личных мотивов для получения экономических и математических знаний и навыков; умение взаимодействовать с социальными институтами в соответствии с их функциями и назначением;

2. патриотического воспитания:

сформированность российской гражданской идентичности; ценностное отношение к достижениям России в математике и экономике, использование этих достижений в сфере экономики;

3. духовно-нравственного воспитания:

осознание духовных ценностей российского народа; сформированность нравственного сознания, этического поведения, связанного с практическим применением достижений математики и экономики; способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственные нормы и ценности; осознание личного вклада в построение устойчивого будущего;

4. эстетического воспитания:

эстетическое отношение к миру, включая эстетику математических и экономических закономерностей, объектов, задач, решений, рассуждений, стремление проявлять качества творческой личности;

5. физического воспитания:

сформированность умения применять математические и экономические знания для создания здорового и безопасного образа жизни; ответственное отношение к своему здоровью (здоровое питание, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность), активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью;

6. трудового воспитания:

готовность к труду, осознание ценности трудолюбия, готовность и способность к образованию и самообразованию на протяжении жизни; осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов с учетом особенностей современного рынка труда; формирование мотивации к эффективному труду и постоянному профессиональному росту;

7. экологического воспитания:

сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды, осознание глобального характера экологических проблем, ориентация на применение знаний для решения задач в области окружающей среды, планирование поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды;

8. ценности научного познания:

сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития математики и экономики, понимание значимости математики и экономики для развития цивилизации, понимание языка

социально-экономической коммуникации; получение опыта самостоятельной исследовательской деятельности индивидуально и в группе.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия, события	Направления воспитательной работы	Форма проведения	Сроки проведения
1	Инструктаж по технике безопасности, правила поведения на занятиях. Инструктаж по спортивным играм	Безопасность и здоровый образ жизни	в рамках занятий	Сентябрь
2	Игры на знакомство и командообразование	Нравственное воспитание	в рамках занятий	сентябрь-май
3	Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к оборудованию	Гражданско-патриотическое воспитание, нравственное воспитание	в рамках занятий	сентябрь-май
4	Участие в фестивале Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса	Нравственное воспитание, трудовое	в рамках занятий	октябрь-май

	«Готов к труду и обороне» (ГТО)	воспитание		
5	Участие обучающихся в Олимпиадах различного уровня	Воспитание интеллектуально-познавательных интересов	в рамках занятий	сентябрь-октябрь
6	Участие в соревнованиях на муниципальном и региональном этапе Баскетбол «КЭС-БАСКЕТ»	Воспитание интеллектуально-познавательных интересов	в рамках занятий	ноябрь-декабрь
7	Участие в соревнованиях различного уровня (районных и областных)	Воспитание интеллектуально-познавательных интересов	в рамках занятий	октябрь-май
8	Участие во Всероссийских соревнованиях школьников "Президентские состязания"	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству; интеллектуальное воспитание;	в рамках занятий	апрель

9	Участие в Всероссийских соревнованиях школьников "Президентские спортивные игры"	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству; интеллектуальное воспитание; формирование коммуникативной культуры	в рамках занятий	апрель
10	Участие в соревнованиях "Планета Баскетбола-Оранжевый Атом"	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству; интеллектуальное воспитание; формирование коммуникативной культуры	в рамках занятий	в течение года
11	Участие в соревнованиях Баскетбольный марафон 3х3	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству; формирование	в рамках занятий	в течение года

		коммуникативной культуры; нравственное воспитание		
12	Организация профориентационных встреч «Знакомство с профессионалами», встреч с представителями учебных заведений Смоленской области, он-лайн встреч с представителями ВУЗов России	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству; формирование коммуникативной культуры; нравственное воспитание	в рамках занятий	в течение года

Методическое обеспечение программы

Материально-техническое оснащение занятий

Занятия проходят в спортивном зале, который полностью оснащен необходимым инвентарём. Условия для занятий соответствуют санитарно-гигиеническим нормам.

Кадровое обеспечение: учитель физической культуры, стаж работы – 30 лет.

Методические материалы

Реализация программы построена на основе таких методологических подходов, как гуманистический, системно-деятельностный, и в соответствии со следующими принципами:

- выбор оптимальных методов, форм, средств;
- наглядность;
- последовательность;
- доступность;
- научность;
- учет возрастных особенностей и индивидуальных способностей
- принцип гуманистической направленности,
- принцип системности,
- принцип вариативности,
- принцип креативности,
- принцип успешности и социальной значимости.

В процессе обучения и воспитания используются следующие педагогические подходы:

1. деятельностный;
2. практико-ориентированный;
3. метапредметный.

В педагогической практике используются:

технология проектной деятельности;
личностно-ориентированные технологии;
технология сотрудничества.

Основные педагогические методы используемые в практике:

- метод создание ситуации успеха;
- метод стимулирования;
- метод создания проблемных ситуаций.

Формы проведения занятий:

- беседы, рассказы педагога с использованием демонстрации материала с использованием ИКТ;
- просмотры мультимедиа и видеоматериалов;
- индивидуальные;
- индивидуально-групповая;
- групповые;
- теоретические занятия;
- групповые тренировочные занятия;
- тестирования;
- участие в соревнованиях.

Литература

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Физическая культура, 5-6 классы/ Погадаев Г.И., Общество с ограниченной ответственностью «ДРОФА»; Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

- Физическая культура, 5-7 классы/ Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и другие; под редакцией Виленского М.Я., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура, 5-7 классы/ Гурьев С.В.; под редакцией Виленского М.Я., Общество с ограниченной ответственностью «Русское слово - учебник»
- Физическая культура, 8-9 классы/ Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура, 8-9 классы/ Гурьев С.В.; под редакцией Виленского М.Я., Общество с ограниченной

ответственностью «Русское слово - учебник»

- Физическая культура, 7-9 классы/ Погадаев Г.И., Общество с ограниченной ответственностью «ДРОФА»; Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура, 6-7 классы/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура, 5-7 классы/ Петрова Т.В., Копылов Ю. А., Полянская Н.В., Петров С.С., Общество с ограниченной ответственностью Издательский центр «ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

www.edu.ru

www.school.edu.ru

<https://uchi.ru><https://resh.edu.ru/>

<https://user.gto.ru/>

<https://resh.edu.ru/subject/9/>

- ФГИС «Моя школа» <https://myschool.edu.ru/>
- Федеральный портал «Единое содержание общего образования» <https://edsoo.ru/>
- Информационно-коммуникационная платформа «Сферум» <https://sferum.ru>

Методические указания по организации промежуточной (после каждого этапа (периода) обучения) и итоговой (после освоения Программы) аттестации обучающихся.

Для оценки уровня освоения Программы проводятся промежуточная аттестация в декабре и итоговая (после освоения Программы) аттестация обучающихся в мае учебного года.

Основные требования к контролю:

1. Контроль подготовки спортсменов предусматривает регистрацию и анализ основных количественных характеристик тренировочного процесса – тренировочных и соревновательных нагрузок, а также тех необходимых дополнительных параметров, которые своей информативной значимостью отражают специфику подготовки в виде спорта.
2. Контрольные тесты и нормативы спортивной подготовленности юных и квалифицированных спортсменов определяются задачами этапа их подготовки и устанавливаются для оценки динамики физического развития, адекватности влияния тренировочных и соревновательных нагрузок возможностям организма, разрабатываются в соответствии с видами подготовки и оцениваются на основе результатов комплекса измерений, необходимых и достаточных для обоснованной коррекции подготовки.
3. Этапные нормативы спортивной подготовленности предъявляют обязательные требования к общей физической подготовленности и специальной спортивной подготовленности юных и квалифицированных спортсменов, являются основанием для перевода спортсмена на следующий этап многолетней подготовки и приоритетными на всех этапах.
4. Контроль подготовки на этапах годичного цикла проводится не реже 2 раз в год с целью выявления динамики физического развития, оценки общей и специальной подготовленности занимающихся, определения степени соответствия приростов этих показателей индивидуальным темпам и нормам биологического развития. Значимость текущего и оперативного контроля увеличивается по мере повышения объема и интенсивности физических нагрузок на тренировочном и последующих этапах.
5. Все виды контроля подготовленности спортсменов осуществляются, исходя из имеющихся возможностей и аппаратно-приборного оснащения Учреждения, где спортсмены проходят подготовку, а также исходя из наличия штатного персонала, который обеспечивает рабочее состояние приборов и оборудования.

При проведении промежуточной и итоговой аттестации обучающихся учитываются результаты освоения Программы по каждой предметной области. Все контрольные упражнения указаны для соответствующего периода подготовки и их успешная сдача дает право перейти на следующий этап (период) подготовки (исключение составляют требования к

спортивным результатам: обучающийся переходит на следующий этап (период) подготовки только в случае выполнения необходимого разряда для данного этапа (периода)). Ежегодно приказом Школы утверждаются сроки сдачи аттестации по различным предметным областям (в течение месяца в конце учебного года) и члены аттестационной комиссии.

Явка на прохождение аттестации обязательна для всех обучающихся. Отсутствие на сдаче какой-либо предметной области без уважительной причины может являться поводом для отчисления обучающегося из Школы.

Для обучающихся не явившихся на аттестацию по уважительной причине аттестация будет назначена на другое время.

В случае неудачной сдачи требований аттестации обучающийся имеет право на повторную аттестацию, но не более одного раза.

На следующий этап (период) подготовки переходят только обучающиеся успешно прошедшие промежуточную аттестацию по всем предметным областям Программы. Те, кто не справился с промежуточной аттестацией на следующий этап (период) подготовки не переводятся, для них возможно повторное прохождение данного периода подготовки (но не более одного раза на данном этапе): либо данный обучающийся отчисляется из Школы за не освоение программных требований.

Для досрочного перехода на этап (период) подготовки необходимо успешно сдать требования промежуточной аттестации предшествующего данному этапу (периоду) периода подготовки.

Требования к результатам освоения программы по предметным областям

Результатами освоения Программы является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков в предметных областях:

в области теории и методики физической культуры и спорта:

- история развития избранного вида спорта;
- место и роль физической культуры и спорта в современном обществе;
- основы спортивной подготовки и тренировочного процесса;
- необходимые сведения о строении и функциях организма человека;
- гигиенические знания, умения и навыки;
- режим дня, закаливание организма, здоровый образ жизни;
- основы спортивного питания;
- требования к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке;
- требования техники безопасности при занятиях лёгкой атлетикой.

в области общей и специальной физической подготовки:

- освоение комплексов физических упражнений;
- развитие основных физических качеств (гибкости, быстроты, силы, координации, выносливости) и их гармоничное сочетание применительно к специфике занятий баскетболом;
- укрепление здоровья, повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию, воспитанию личностных качеств и нравственных чувств (коллективизм, взаимопомощь).

в области избранного вида спорта:

- овладение основами техники и тактики в легкой баскетболе;
- приобретение соревновательного опыта путем участия в спортивных соревнованиях;
- повышение уровня функциональной подготовленности;
- освоение соответствующих возрасту, полу и уровню подготовленности занимающихся тренировочных и соревновательных нагрузок;
- выполнение требований, норм и условий их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий побаскетболу.

в области других видов спорта и подвижных игр:

- умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с обязательными для всех в подвижных играх правилами;
 - умение развивать профессионально необходимые физические качества в легкой атлетике средствами других видов спорта и подвижных игр;
- умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений;
- навыки сохранения собственной физической формы.

Уровень физической подготовленности учащихся 11-15 лет

№	Физические	Контрольное	Воз-	Уровни					
				Мальчики			Девочки		
				Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
1	Скоростные	Бег 30 м, с	11	6,3 и выше	6,1-5,5	5,0 и ниже	6,4 и выше	6,3-5,7	5,1 и ниже
			12	6,0	5,8-5,4	4,9	6,2	6,0-5,4	5,0
			13	5,9	5,6-5,2	4,8	6,3	6,2-5,5	5,0
			14	5,8	5,5-5,1	4,7	6,1	5,9-5,4	4,9
			15	5,5	5,3-4,9	4,5	6,0	5,8-5,3	4,9
2	Координационные	Челночный бег 3x10 м, с	11	9,7 и выше	9,3 - 8,8	8,5 и ниже	10,1 и выше	9,7 - 9,3	8,9 и ниже
			12	9,3	9,0 - 8,6	8,3	10,0	9,6- 9,1	8,8
			13	9,3	9,0-8,6	8,3	10,0	9,5-9,0	8,7
			14	9,0	8,7 - 8,3	8,0	9,9	9,4 - 9,0	8,6
			15	8,6	8,4 - 8,0	7,7	9,7	9,3-8,8	8,5
3	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	11	140 и ниже	160-180	195 и выше	130 и ниже	150-175	185 и выше
			12	145	165-180	200	135	155-175	190
			13	150	170-190	205	140	160-180	200
			14	155	180-195	210	145	160-180	200
			15	160	190-205	220	155	165-185	205

4	Выносливость	6-минутный бег, м	11	900 и менее	1000-1100	1300 и выше	700 и менее	850-1000	100 и выше
			12	950	1100-1200	1350	750	900-1050	1150
			13	1000	1150-1250	1400	800	950-1100	1200
			14	1050	1200-1300	1450	850	1000-1150	1250
			15	1100	1250-1350	1500	900	1050-1200	1300
5	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	11	2 и ниже	6-8	10 и выше	4 и ниже	8-10	15 и выше
			12	2	6-8	10	5	9-11	16
			13	2	5-7	9	6	10-12	18
			14	3	7-9	11	7	12-14	20
			15	4	8-10	12	7	12-14	20
6	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса (мальчики), на низкой перекладине из виса лежа (девочки), количество раз	11	1	4-5	6 и выше	4 и ниже	10-14	19 и выше
			12	1	4-6	7	4	11-15	20
			13	1	5-6	8-9	5	12-15	19
			14	2	6-7	10	5	13-15	17
			15	3	7-8		5	12-13	16