

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

школа № 6 имени Героя РФ Моревы И. А.

Программа рассмотрена  
на пед. совете

30 августа 2018г

Пр. №1



## Дополнительная общеобразовательная

### общеразвивающая программа

#### «Спортивные игры»

для учащихся 11-12 лет

Срок реализации – 1 год

Направленность. физкультурно-спортивная

Уровень программы: базовый

Вид программы модифицированная

Год создания: 2018

Автор – составитель.

Кузина Е. М.

г. о. г. Кулебаки

2018г

## **Информационная карта**

**Функция программы** - общеобразовательная

**Вид программы**—модифицированная

**Срок реализации** -1 год

**Базовое образование** - с 8 лет

**Образовательная Область** - воспитание физических, морально- волевых, патриотических качеств.

**Направленность** - физкультурно-спортивная

**Форма организации образовательного процесса**- групповая, индивидуальная

**Уровень программы**- базовая

**Формы реализации программы**—стационарное, смешанное

**Формы обучения** - игра, физические упражнения, соревнования

**Методы обучения:**

- словесный метод;
- наглядный метод;
- игровой метод;
- соревновательный метод.

## Пояснительная записка

Предпосылкой для создания программы явилось снижение в последние годы интереса школьников к занятиям спортом, снижение результативности учащих школьных команд в районных соревнованиях.

Спортивные игры являются одним из разделов школьной программы и представлен как обязательный вид спорта в государственном образовательном стандарте. Они являются (в соответствии с интересом к нему со стороны учащихся и возможностями эффективного решения задач физического воспитания) одними из ведущих, видов спорта в организации секционной работы в общеобразовательном учреждении. Тем не менее, осуществлению такой работы, необходимо ориентироваться на единство всех форм системы физического воспитания школьников: урок физической культуры, мероприятия в режиме учебного дня, спортивные соревнования, физкультурные праздники.

**Целью** занятий спортивными играми в образовательном учреждении является создание предпосылок для формирования физической культуры занимающихся посредством углубленного освоения способов двигательной деятельности спортивно-рекреационной направленности раздела «спортивные игры».

В соответствии с представленной целью, задачами работы секции в связи с реализацией данной программы являются:

**Оздоровительные:**

- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- подготовка спортивного резерва и спортсменов высокого класса в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки, в том числе из числа обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов;
- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным и спортивным играм, физическим упражнениям и техническим действиям.

## Образовательные:

- формирование представления о физической культуре, её значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми, формами активного отдыха и досуга;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

## Воспитательные:

- формирование позитивного общения и коллективно-взаимодействия;
- проявление доброжелательного и уважительного отношения при объяснении ошибок и способов их устранения;
- формирование умений в организации и судействе спортивных игр.

## Актуальностью разработки данной программы являются следующие факторы:

- ✓ снижающийся уровень физического развития школьников;
- ✓ снижение количества занимающимися спортивными играми;
- ✓ наиболее подходящий возраст учащихся для привлечения их к систематическим занятиям спортом вообще и конкретно спортивными играми.

Одним из условий, от которых зависит здоровье школьника, являются занятия физкультурой и спортом. Современные школьники ведут малоподвижный образ жизни. Ежедневные 6-8 уроков в школе, подготовка домашних занятий в течении 3-4 часов, сидение за компьютером и у телевизора, отсутствие каких-либо трудовых обязанностей дома - все это негативно сказывается на здоровье школьников. Многих детей привозят в школу и увозят после занятий родители на своих автомобилях, хотя до школы идти пешком самым далеко живущим не более 15-20 минут. Для нормального функционирования организма каждому ребенку требуется определенный минимум двигательной активности. Снижение двигательной активности в сочетании с нарушением режима питания приводит к появлению избыточной массы тела.

Дети, ведущие малоподвижный образ жизни, хуже усваивают учебный материал, как по общеобразовательным предметам, так и по физической культуре.

Высокая двигательная активность детей младшего школьного возраста, которая была присуща прежним поколениям и объяснялась ранним началом трудовой деятельности (особенно ранним физическим трудом), несла в себе положительный потенциал. Она создавала условия постоянной работы под нагрузкой основных систем организма, востребовала нарастающий с возрастом потенциал их функциональных возможностей. Физическая нагрузка обеспечивала развитие в первую очередь основных жизнеобеспечивающих систем организма: энергообеспечения, дыхательной, сердечно - сосудистой и мышечной систем, опорно-двигательного аппарата.

Как бы банально это ни звучало, но рассмотрение проблемы двигательной активности современных детей позволяет признать, что именно она, двигательная активность, предстаёт объективным фактором оптимального развития детей младшего школьного возраста. Именно она выступает сегодня гарантом прогрессивного повышения функциональных возможностей организма учащихся, действенным средством укрепления их здоровья, лекарством от многих недугов.

Содержание данной программы рассчитано на систему трехразовых занятий в неделю продолжительностью 90 минут. Продолжительность занятий определяется их интенсивностью. Выполнение нормативного объема учебного времени достигается сложением времени учебных занятий затратами времени на соревновательную деятельность спортивными играми в школе и вне ее. Содержание программы структурировано по видам спортивной подготовки: теоретической, физической, технической и тактической.

В программе представлены методическое обеспечение и литература. Содержание видов спортивной подготовке определено исходя из содержания примерной федеральной программы (Матвеев АП., 2001 г.). При этом большее внимание уделяется упражнениям специальной физической подготовки и тактико-техническим действиям.

Теоретическая подготовка включает вопросы истории и современного состояния вида спорта баскетбол, правил соревнований по баскетболу, техники безопасности, гигиенические требования. 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. Распределение времени осуществлено с учетом продолжительности секционного занятия в течение 90 минут. Учитель, исходя из целей, условий, возрастных

и индивидуальных особенностей занимающихся, потребностей работы секции, может изменять продолжительность занятия и распределение времени.

Тестирование уровня физической подготовленности занимающихся проводится по тестам, в начале и в конце учебного года с их последующим анализом и представлением занимающимся.

Содержание разделов теоретической, технической, тактической, физической подготовки определено в общем, без распределения по классам. Учитель должен самостоятельно исходя из степени готовности занимающихся, распределить учебный материал. Более того, программа рекомендует некоторый базовый уровень содержания учебного материала. Это содержание может быть расширено по усмотрению учителя.

### **Формы и режим занятий**

**Основные формы проведения занятий** по данной программе: игры на свежем воздухе и в спортивном зале, эстафеты, соревнования. Организация работы групповая.

Для реализации данной программы в школе имеется:

1. Спортивный зал;
2. Школьный стадион;
3. Кегли, кубики, скакалки, обручи, флажки, теннисные мячи;
4. Шведские стенки, гимнастическое оборудование;
5. Волейбольные, баскетбольные и футбольные мячи;
6. Набивные мячи.

Способы проверки результатов:

1. усвоение знаний (опрос, контрольное упражнение);
2. устойчивость интереса (анкетирование);
3. достижения (участие в соревнованиях).

### **Методическое обеспечение программы**

Оно включает различные рекомендации по работе над данной программой, по видам и формам занятий. Особо следует подчеркнуть роль самостоятельной работы при организации судейства спортивных игр на школьных соревнованиях.

### **Формы подведение итогов**

Программой предусмотрено проведение промежуточной и итоговой аттестации.

Результативность обучения определяется умением играть и проводить спортивные игры по правилам, в том числе и на различных праздничных мероприятиях:

- спортивные эстафеты;
- спортивные соревнования.

### **Ожидаемые результаты**

В результате реализации программы, занимающиеся должны уметь:

- формировать культуру здорового и безопасного образа жизни;
- укреплять здоровья посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- совершенствовать жизненно важные навыки и умения посредством обучения подвижным и спортивным играм, физическим упражнениям и техническим действиям.
  - формировать представления о физической культуре, её значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
  - развивать интерес к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми, формами активного отдыха и досуга;
  - контролировать физическую нагрузку, отдельных показателей физического развития и физической подготовленности.
- формировать позитивное общение и коллективное взаимодействие;
- проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- формировать умение в организации и судействе спортивных игр.

## *Содержание*

### ***Раздела теоретической подготовки.***

1. Развитие баскетбола в России и за рубежом.
2. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена.
3. Физическая подготовка баскетболиста.
4. Техническая подготовка баскетболиста.
5. Тактическая подготовка баскетболиста.
6. Психологическая подготовка баскетболиста.
7. Соревновательная деятельность баскетболиста.
8. Организация и проведение соревнований по баскетболу.
9. Правила судейства соревнований по баскетболу.
10. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом.

### ***Раздела физической подготовки.***

#### **1. Общая физическая подготовка.**

Общеразвивающие упражнения:

- с партнером;
- с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками);
- на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат).

Подвижные игры.

Эстафеты.

Полосы препятствий.

Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).

#### **2. Специальная физическая подготовка.**

Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.

Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.

Упражнения для развития ловкости баскетболиста.

## ***Раздела технической подготовки.***

### **Упражнения без мяча.**

Прыжок вверх- вперед толчком одной и приземлением на одну ногу.

Передвижение приставными шагами правым (левым) боком:

- с разной скоростью,

- в одном и разных направлениях.

1.3. Передвижение правым - левым боком.

1.4. Передвижение в стойке баскетболиста.

1.5. Остановка прыжком после ускорения.

1.6. Остановка в шаге после ускорения.

1.7. Остановка в два шага после ускорения.

1.8. Повороты на месте.

1.9. Повороты в движении.

1.10. Имитация защитных действий против игрока нападения.

1.11. Имитация действий атаки против игрока защиты.

### **2. Ловля и передача мяча.**

2.1. Двумя руками от груди стоя на месте.

2.2. Двумя руками от груди с шагом вперед.

2.3. Двумя руками от груди в движении.

2.4. Передача одной рукой от плеча.

2.5. Передача одной рукой с шагом вперед.

2.6. Тоже после ведения мяча.

2.7. Передача одной рукой с отскоком от пола.

2.8. Передача двумя руками с отскоком от пола.

2.9. Передача одной рукой снизу от пола.

2.10. Тоже в движении.

2.11. Ловля мяча после полуотскока.

2.12. Ловля высоко летящего мяча.

2.13. Ловля катящегося мяча стоя на месте.

2.14. Ловля катящегося мяча в движении.

### **3. Ведение мяча.**

3.1. На месте.

3.2. В движении шагом.

3.3. В движении бегом.

3.4. Тоже с изменением направления и скорости.

3.5. Тоже с изменением высоты отскока.

3.6; Правой и левой рукой поочередно на месте.

3.7. Правой и левой рукой поочередно в движении.

3.8. Перевод мяча с правой руки на левую и обратно стоя на месте.

### **4. Броски мяча.**

4.1. Одной рукой в баскетбольный щит с места.

4.2. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места.

4.3. Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки.

4.4. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места.

4.5. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения.

4.6. Одной рукой в баскетбольную корзину с места.

4.7. Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения

4.8. Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.

4.9. В прыжке одной рукой с места.

4.10. Штрафной.

4.11. Двумя руками снизу в движении.

4.12. Вырывание мяча.

4.13. Выбивание мяча.

***Раздела тактической подготовки.***

1. Защитные действия при опеке игрока без мяча.
2. Защитные действия при опеке игрока с мячом.
3. Перехват мяча.
4. Борьба за мяч после отскока от щита.
5. Быстрый прорыв.
6. Командные действия в защите.
7. Командные действия в нападении.
8. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.

## Учебно- тематический план работы по программе

№	Темы	Часы	Дата
1	Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Баскетбол. Развитие баскетбола в России и за рубежом.	1	3.09
2	Имитация защитных действий против игрока нападения. Игра в баскетбол.	1	5.09
3	Передача одной рукой от плеча, с шагом вперед. Игра в баскетбол.	1	7.09
4	Передача одной рукой с отскоком от пола, передача двумя руками с отскоком от пола, передача одной рукой снизу от пола. Игра в баскетбол.	1	10.09
5	Передвижение в стойке баскетболиста. Ведение мяча на месте, в движении шагом. Игра в баскетбол.	1	12.09
6	Техническая подготовка баскетболиста. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Игра в баскетбол.	1	14.09
7	Ловля мяча после полукоскока, ловля высоко летящего мяча. Игра в баскетбол.	1	17.09
8	Остановка прыжком после ускорения. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Ловля катящегося мяча стоя на месте, ловля катящегося мяча в движении. Игра в баскетбол.	1	19.09
9	Быстрый прорыв. Игра в баскетбол.	1	21.09
10	Ведение мяча с изменением направления и скорости. Защитные действия при опеке игрока без мяча. Игра в баскетбол.	1	24.09
11	Ведение мяча с изменением направления и скорости. Защитные действия при опеке игрока без мяча. Игра в баскетбол.	1	26.09
12	Общая характеристика сторон подготовки спортсмена. Остановка в два шага после ускорения. Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Игра в баскетбол.	1	28.09
13	Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Остановка прыжком после ускорения; остановка в шаге после ускорения. Игра в баскетбол.	1	1.10

14	Тактическая подготовка баскетболиста. Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Игра в баскетбол.	1	3.10
15	Остановка в два шага после ускорения. Игра в баскетбол.	1	5.10
16	Имитация защитных действий против игрока нападения. Перехват мяча. Игра в баскетбол.	1	8.10
17	Быстрый прорыв. Игра в баскетбол.	1	10.10
18	Подвижные игры. Ведение мяча с изменением высоты отскока; правой и левой рукой поочередно на месте. Игра в баскетбол.	1	12.10
19	Подвижные игры. Бросок одной рукой в баскетбольный щит с места. Перехват мяча. Игра в баскетбол.	1	15.10
20	Ведение мяча правой и левой рукой поочередно в движении. Игра в баскетбол.	1	17.10
21	Бросок мяча двумя руками от груди в баскетбольный щит с места. Игра в баскетбол.	1	19.10
22	Эстафеты сб/б мячом. Игра в баскетбол.	1	22.10
23	Эстафеты с б/б мячом. Ведение мяча с изменением высоты отскока; правой и левой рукой поочередно на месте. Игра в баскетбол.	1	24.10
24	Ведение мяча с изменением высоты отскока; правой и левой рукой поочередно на месте. Игра в баскетбол.	1	26.10
25	Бросок мяча двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места. Игра в баскетбол.	1	29.10
26	Эстафеты с б/б мячом. Ведение с переводом мяча с правой руки на левую и обратно стоя на месте. Игра в баскетбол.	1	31.10
27	Ведение с переводом мяча с правой руки на левую и обратно стоя на месте. Игра в баскетбол.	1	2.11
28	Повороты в движении. Бросок мяча одной рукой в баскетбольную корзину с места. Игра в баскетбол.	1	5.11
29	Ведение с переводом мяча с правой руки на левую и обратно стоя на месте. Игра в баскетбол.	1	7.11
30	Ведение мяча правой и левой рукой поочередно на месте; правой и левой рукой поочередно в движении. Игра в баскетбол.	1	9.11

31	Ведение мяча правой и левой рукой поочередно на месте; правой и левой рукой поочередно в движении. Игра в баскетбол.	1	12.11
32	Контрольная тренировка.	1	14.11
33	Физическая подготовка баскетболиста. Специальные беговые упражнения без мяча. Игра в баскетбол.	1	16.11
34	Специальные беговые упражнения без мяча. Игра в баскетбол	1	19.11
35	Бросок мяча одной рукой в баскетбольную корзину с места. Игра в баскетбол.	1	21.11
36	Бросок мяча одной рукой в баскетбольную корзину с места. Игра в баскетбол.	1	23.11
37	Полосы препятствий. Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1	26.11
38	Бросок мяча одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов. Игра в баскетбол.	1	28.11
39	Медленный бег. Полосы препятствий. Специальные беговые упражнения без мяча. Игра в баскетбол.	1	30.11
40	Контрольная тренировка.	1	3.12
41	Полосы препятствий. Игра в баскетбол.	1	5.12
42	Бросок мяча одной рукой в баскетбольную корзину после ведения; одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов. Игра в баскетбол.	1	7.12
43	Штрафной бросок мяча в кольцо. Игра в баскетбол.	1	10.12
44	Штрафной бросок мяча в кольцо. Игра в баскетбол.	1	12.12
45	Специальные беговые упражнения без мяча. Игра в баскетбол.	1	14.12
46	Специальные беговые упражнения без мяча. Штрафной бросок мяча в кольцо. Игра в баскетбол.	1	17.12
47	Специальные беговые упражнения без мяча. Бросок мяча двумя руками снизу в движении. Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1	19.12
48	Медленный бег. Полосы препятствий. Специальные беговые упражнения без мяча. Штрафной бросок мяча в кольцо. Игра в баскетбол.	1	21.12
49	Психологическая подготовка баскетболиста. Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1	24.12
50	Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1	26.12

51	Бросок мяча одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.Игра в баскетбол.	1	28.12
52	Бросок мяча одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1	31.12
53	Бросок мяча одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1	11.01
54	Бросок мяча одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1	14.01
55	Соревновательная деятельность баскетболиста. Игра в баскетбол.	1	16.01
56	Игра в баскетбол.	1	18.01
57	Штрафной бросок мяча в кольцо.Ловля мяча после полутскока, ловля высоко летящего мяча.Игра в баскетбол.	1	21.01
58	Штрафной бросок мяча в кольцо. Ловля мяча после полутскока, ловля высоко летящего мяча. Игра в баскетбол.	1	23.01
59	Вырывание мяча.Командные действия в нападении. Игра в баскетбол.	1	25.01
60	Вырывание мяча.Командные действия в нападении. Игра в баскетбол.	1	28.01
61	Контрольная тренировка.	1	30.01
62	Выбивание мяча.Командные действия в нападении. Игра в баскетбол.	1	1.02
63	Выбивание мяча.Командные действия в нападении. Игра в баскетбол.	1	4.02
64	Организация и проведение соревнований по баскетболу. Игра по правилам.	1	6.02
65	Организация и проведение соревнований по баскетболу. Игра по правилам.	1	8.02
66	Вырывание мяча.Выбивание мяча.Командные действия в нападении. Игра в баскетбол.	1	11.02
67	Вырывание мяча.Выбивание мяча.Командные действия в нападении. Игра в баскетбол.	1	13.02
68	Организация и проведение соревнований по баскетболу. Игра в баскетбол.	1	15.02
69	Бросок мяча одной рукой в баскетбольную корзину после ведения; одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.	1	18.02
70	Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1	20.02
71	Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1	22.02
72	Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1	25.02

73	Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1	27.02
74	Командные действия в нападении. Игра в баскетбол.	1	1.03
75	Командные действия в нападении. Игра в баскетбол.	1	4.03
76	Командные действия в нападении. Игра в баскетбол.	1	6.03
77	Командные действия в нападении. Игра в баскетбол.	1	11.03
78	Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями. Игра в баскетбол.	1	13.03
79	Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями. Игра в баскетбол.	1	15.03
80	Контрольная тренировка.	1	18.03
81	Ведение мяча правой и левой рукой поочередно на месте; правой и левой рукой поочередно в движении. Игра в баскетбол.	1	20.03
82	Ведение мяча правой и левой рукой поочередно на месте; правой и левой рукой поочередно в движении. Игра в баскетбол.	1	22.03
83	Медленный бег. Комплекс ОРУ. Игра в баскетбол.	1	25.03
84	Ведение мяча правой и левой рукой поочередно на месте; правой и левой рукой поочередно в движении. Игра в баскетбол.	1	27.03
85	Правила судейства соревнований по баскетболу. Игра в баскетбол.	1	29.03
86	Правила судейства соревнований по баскетболу. Игра в баскетбол.	1	1.04
87	Правила судейства соревнований по баскетболу. Штрафной бросок мяча в кольцо. Игра в баскетбол.	1	3.04
88	Ведение мяча на месте, в движении шагом. Игра в баскетбол.	1	5.04
89	Остановка прыжком после ускорения; остановка в шаге после ускорения. Игра в баскетбол.	1	8.04
90	Остановка прыжком после ускорения; остановка в шаге после ускорения. Игра в баскетбол.	1	10.04
91	Остановка прыжком после ускорения; остановка в шаге после ускорения. Игра в баскетбол.	1	12.04
92	Подвижные игры с мячом.	1	15.04
93	Подвижные игры с мячом.	1	17.04

94	Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1	19.04
95	Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1	22.04
96	Командные действия в защите; в нападении. Игра в баскетбол.	1	24.04
97	Командные действия в защите; в нападении. Игра в баскетбол.	1	26.04
98	Командные действия в защите; в нападении. Игра в баскетбол.	1	29.04
99	Подвижные игры с мячом.	1	3.05
100	Командные действия в защите; в нападении. Игра в баскетбол.	1	6.05
101	Командные действия в защите; в нападении. Игра в баскетбол.	1	8.05
102	Командные действия в защите; в нападении. Игра в баскетбол.	1	10.05
103	Командные действия в защите; в нападении. Игра в баскетбол.	1	13.05
104	Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1	15.05
105	Ведение мяча на месте, в движении шагом. Остановка прыжком после ускорения; остановка в шаге после ускорения. Игра в баскетбол.	1	17.05
106	Остановка прыжком после ускорения; остановка в шаге после ускорения. Игра в баскетбол.	1	20.05
107	Правила судейства соревнований по баскетболу. Штрафной бросок мяча в кольцо. Игра в баскетбол.	1	22.05
108	Ведение мяча правой и левой рукой поочередно на месте; правой и левой рукой поочередно в движении. Игра в баскетбол.	1	24.05
109	Ведение мяча правой и левой рукой поочередно на месте; правой и левой рукой поочередно в движении. Игра в баскетбол.	1	27.05
110	Ведение мяча правой и левой рукой поочередно на месте; правой и левой рукой поочередно в движении. Игра в баскетбол.	1	31.05
111	Ведение мяча правой и левой рукой поочередно на месте; правой и левой рукой поочередно в движении. Игра в баскетбол.	1	30.05
112	Ведение мяча правой и левой рукой поочередно на месте; правой и левой рукой поочередно в движении. Игра в баскетбол.	1	3.06
113	Ведение мяча правой и левой рукой	1	5.06

	поочередно на месте; правой и левой рукой поочередно в движении. Игра в баскетбол.		
114	Ведение мяча на месте, в движении шагом. Остановка прыжком после ускорения; остановка в шаге после ускорения. Игра в баскетбол.	1	7.06
115	Остановка прыжком после ускорения; остановка в шаге после ускорения. Игра в баскетбол.	1	8.06
116	Ведение мяча на месте, в движении шагом. Остановка прыжком после ускорения; остановка в шаге после ускорения. Игра в баскетбол.	1	10.06
117	Подвижные игры с мячом. Игра в баскетбол.	1	12.06
118	Подвижные игры с мячом. Игра в баскетбол.	1	17.06
119	Подвижные игры с мячом. Игра в баскетбол.	1	19.06
120	Эстафеты с б/б мячом. Игра в баскетбол.	1	21.06
121	Эстафеты с б/б мячом. Игра в баскетбол.	1	24.06
122	Эстафеты с б/б мячом. Игра в баскетбол.	1	26.06
123	Игра в баскетбол.	1	28.06
124	Игра в баскетбол.	1	

## Список литература

1. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников А. П. Матвеева. 1 – 4 классы: пособие для учителей общеобразоват. учреждений / А. П. Матвеев. – М.: Просвещение, 2011
2. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников А. П. Матвеева. 5 – 9 классы: пособие для учителей общеобразоват. учреждений / А. П. Матвеев. – М.: Просвещение, 2011
3. Спортивные игры. Учеб.пособие для пед. училищ (отд-ний) физ. воспитания. Под ред. Н. П. Воробьева. М., «просвещение», 1975
4. Виленская Т. Е. Физическое воспитание детей младшего школьного возраста: Учебное пособие / Т. Е. Виленская. – Ростов н/Д: Феникс, 2006
5. Детские подвижные игры / под ред. Е. В. Конеевой. – Ростов – на – Дону: Феникс, 2006
6. Баршай В. М. Активные игры для детей. Ростов н/Д: Феникс, 2001
7. Внеклассные мероприятия по физкультуре в средней школе / авт.- сост. М. В. Видякин. – Волгоград: Учитель, 2006
8. Куприянов Б. В. Организация и методика проведения игр с подростками. Взрослые игры для детей: учеб. – метод. Пособие / Б. В. Куприянов, М. И. Рожков, И. И. Фришман. 2004

## Приложение

### Анкета. Мотивация учащихся к занятиям физической культуры.

Учащийся должен высказать свое отношение к 30 предложенным утверждениям, оценивая их значимость для себя по 5-балльной шкале:

«1» - не согласен совсем;

«2» - мне безразлично;

«3» - согласен частично;

«4» - скорее да, чем нет;

«5» - согласен полностью

№	Утверждение	
п/п		
1	Я всегда с нетерпением жду физической культуры, потому что они укрепляют мое здоровье	
2	Я всегда нахожу возможность заниматься физкультурой, потому что движение доставляет мне радость	
3	В любых обстоятельствах я стараюсь регулярно заниматься физической культурой	
4	Мне приходится ходить на уроки физической культуры, чтобы получить оценку	
5	Занятия физкультурой и спортом мне нужны для того, чтобы в дальнейшем использовать эти знания, навыки и умения в жизни	
6	В спортивной секции есть все условия для общения с интересными людьми	
7	Участвуя в физкультурно-спортивных мероприятиях и соревнованиях, я стремлюсь стать победителем	
8	Интерес к физической культуре у меня не пропадает даже во время школьных каникул	
9	Мне нравятся физкультурно-спортивные праздники и соревнования, связанные с борьбой и соперничеством	
10	Я получаю удовольствие от занятий физкультурой и спортом	
11	Я думаю, что все оздоровительные мероприятия – физкультминутки, подвижные перемены, спортивный час – должны содержать разные игры и развлечения	
12	Я хочу заниматься физическими упражнениями и спортом, потому что это модно и престижно	
13	Самостоятельные занятия физическими упражнениями уже стали моей привычкой	
14	Занятия физическими упражнениями мне приятны, улучшают мое настроение и самочувствие	
15	Дополнительные занятия физическими упражнениями полезны для здоровья, потому что школьных уроков физкультуры недостаточно	
16	На занятиях физическими упражнениями и спортом я воспитываю в себе смелость, решительность и самодисциплину	
17	Во время каникул мне нравится много двигаться и заниматься физическими упражнениями	
18	Даже в каникулы я заставляю себя уделять время занятиям физическими упражнениями	
19	Чтобы занятия физкультурой и спортом не прерывались во время каникул, меня обязательно должен кто-то контролировать	
20	Я стараюсь накопить опыт физкультурно-оздоровительной работы, чтобы использовать его в будущей жизни	
21	Общение с друзьями во время физкультурно-спортивных мероприятий доставляет мне большое удовольствие	
22	На соревнованиях мне нужна только победа	
23	Я всегда интересуюсь физкультурно-спортивной работой и принимаю в ней участие	
24	Мне нравится, что в занятиях физкультурой есть элемент соперничества	
25	Мне хочется заниматься физическими упражнениями, чтобы научиться красиво двигаться, иметь стройную фигуру и сильные мышцы	
26	Уроки физической культуры привлекают меня играми и развлечениями	
27	Я участвую в спортивных соревнованиях только тогда, когда в них участвуют мои знакомые и друзья	
28	Активный отдых в выходные дни, прогулки и подвижные игры – это моя привычка	
29	Физкультура, спорт, подвижные игры на досуге и в каникулы помогают мне оставаться радостным, бодрым и веселым	



**Тест**  
**Спортивные игры**

**1. Как начинается игра в баскетбол?**

- а – жеребьёвкой;  
б – вводом мяча из-за боковой линии;  
в – спорным броском.

**2. Как называется игра для детей, которая проводится по упрощённым правилам на площадке уменьшенных размеров?**

- а – стритбол; б – мини-бол; в – мини-баскетбол.

**3. В баскетболе запрещено:**

- а – играть руками; б – играть ногами;  
в – играть под кольцом; г – бросать в кольцо.

**4. В какой стране появилась игра баскетбол?**

- а – США; б – Франция; в – Бразилия; г – Италия.

**5. Самые первые корзины для игры в баскетбол были из под:**

- а – яблок; б – персиков; в – апельсинов; г – груш.

**6. В баскетбол играют:**

- а – шариком; б – воланом; в – шайбой; г – мячом.

**7. Подводящей игрой к волейболу является:**

- а – баскетбол; б – пионербол; в – снайпер; г – стритбол

**8. Как называется площадка, на которой играют в футбол?**

- а – поляна; б – лужайка; в – поле; г – корт.

**9. Опорной ногой в баскетболе называют ногу, которая:**

- а – первой коснётся пола при приземлении;  
б – первой открывается от пола после приземления;  
в – находится позади, впереди стоящей ноги после приземления;  
г – находится впереди после приземления.

**10. Какой термин относится к баскетболу?**

- а – фол; б – угловой; в – пенальти; г – офсайд.

**11. Для кого первоначально была придумана игра в баскетбол?**

- а – для моряков; б – школьников; в – студентов; г – учителей.

**12. Какие термины относятся к баскетболу?**

- а – нападающий удар; б – подача; в – неправильное ведение;  
г – вне игры; д – пробежка; е – штрафной бросок.

Титул  
Содержание

1. Как называется этот вид баскетбола?

а - женский баскетбол

б - баскетбол на 2/3 площадки

в - баскетбол на 1/3 площадки

2. Как называется этот вид игры, который проводится по круглому полю?

а - баскетбол 3/4 площадки

б - баскетбол по квадрату

в - баскетбол по кругу

г - баскетбол по кругу в кругу

4. Какой спорт называется этот баскетбол?

а - баскетбол 3/4 площадки

б - баскетбол по кругу в баскетбол 3/4 площадки

в - баскетбол 3/4 площадки

г - баскетбол по кругу

д - баскетбол по кругу

е - баскетбол по кругу

ж - баскетбол по кругу

Пронумеровано, прошито и  
закреплено печатью  
22 (двадцать два) листа  
Директор  Л. Н. Степшина

