

КОМИТЕТ ПО ДЕЛАМ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА ЧЕЛЯБИНСКА
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (нарушение интеллекта) № 60
г. Челябинска (МБОУ «С(К)ОШ № 60 г. Челябинска»)
454010, г. Челябинск, ул. Дзержинского, 94
ИНН 7449017299 КПП 744901001
тел/факс: (351)256-10-31, e-mail:chernova_irina60@mail.ru, сайт: <http://mbskou60.ru/>

ПРИНЯТО:
на заседании
педагогического Совета
МБОУ «С(К)ОШ № 60»
Протокол № 4
от «29» августа 2025г.



УТВЕРЖДАЮ:
Директор
МБОУ «С(К)ОШ № 60»
И.М. Чернова
Приказ № 01-04/384
от «29» августа 2025г.

Дополнительная адаптированная
общеобразовательная
общеразвивающая программа
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
Школьный спортивный клуб «Молния»
Уровень: ознакомительный

Учебный год: 2025-2026
Срок реализации программы: 1 год
Состав группы: 12-17 лет

Автор - составитель
Лоскутов Тимур Николаевич,
Педагог дополнительного образования

г.Челябинск, 2025

Содержание:

1.	Пояснительная записка	3
2.	Общая характеристика Программы	5
3.	Описание места Программы в учебном плане	8
4.	Личностные результаты освоения Программы	11
5.	Содержание Программы	12
6.	Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательной деятельности	13
7.	Приложение	15
7.1.	Система оценки достижения планируемых результатов освоения ДАООП	15
7.2	Календарно-тематическое планирование	17

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа дополнительного образования школьный спортивный клуб «Молния» (далее – Программа) составлена на основе следующих нормативно-правовых документов и инструктивно-методических материалов:

1. Федеральный закон Российской Федерации № 273-ФЗ от 29 декабря 2012г. «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ МинПросвещения России № 196 от 09.11.2018 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. Федеральные проекты, действующие в рамках нацпроекта «Образование»: «Цифровая образовательная среда», «Успех каждого ребенка», «Социальная активность».
4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы). / Приложение к письму Министерства образования и науки Российской Федерации № 09-3242 от 18 ноября 2015 г.
5. «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года». Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года №996-р.
6. «Концепция развития дополнительного образования». Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 года №1726-р»
7. СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей». Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации № 41 от 4 июля 2014 г.

Актуальность дополнительной образовательной программы заключается в том, что в детском возрасте двигательные навыки развиваются наиболее интенсивно, так как в этот период происходит формирование всего биодвигательного аппарата и физических качеств. Слабое, негармоничное развитие мышечной системы значительно задерживает развитие двигательных способностей ребенка.

Как известно, игра с давних пор составляет неотъемлемую часть жизни человека. Она занимает досуг, воспитывает, удовлетворяет потребность в общении, получении информации, дает приятную физическую нагрузку. Кроме того, игра оказывает благотворное влияние на формирование творческой души, развитие физической силы и способностей. В игре растущий человек познает окружающий мир, жизнь, ищет себя.

Педагогическая целесообразность Спортивную подготовку в системе дополнительного образования детей мы рассматриваем в качестве специализированного процесса использования физических упражнений с целью развития и совершенствования свойств и способностей, обуславливающих формирование двигательных навыков и физических качеств школьников, что способствует многогранному развитию и социализации каждого учащегося в свободное от учебы время. Спортивные игры направлены на всестороннее физическое развитие и способствуют совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Отличительные черты дополнительной общеразвивающей программы ШСК «Молния»:

- Программа учитывает особенности детей с ОВЗ (интеллектуальные нарушения);
- в Программе представлена система взаимосвязанных между собой занятий различными игровыми видами спорта;
- содержательную основу Программы составляет рациональное сочетание теоретической и практической деятельности.

Цель:

Формирование интереса и потребности школьников к занятиям физической культурой и спортом, популяризация спортивных игр (волейбол, баскетбол, мини-футбол) среди учащихся школы, пропаганда здорового образа жизни.

Задачи:

- 1) Формировать теоретические и практические навыки игры в волейбол, баскетбол, мини-футбол;
- 2) Развивать основные двигательные качества: силу, ловкость, быстроту движений, скоростно-силовые качества, выносливость;
- 3) Воспитывать нравственные качества: целеустремлённость и волю, дисциплинированность и умение мобилизовать в нужный момент свои физические и духовные силы;
- 4) Воспитывать волевые качества: смелость, решительность, настойчивость;
- 5) Содействовать укреплению здоровья и правильному физическому развитию.

2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА

Основная задача педагога дополнительного образования состоит в умении правильно сочетать принципы обучения на занятиях в зависимости от возраста учащихся, их индивидуальных способностей усваивать учебный материал и черт характера.

Наиболее распространенными **формами занятия** с детьми при реализации данной программы являются:

- тренировки,
- обучающие игры,
- двусторонние игры,
- товарищеские встречи,
- соревнования различных уровней.

Направления работы:

- формирование необходимых навыков для спортивных игр;
- развитие основных двигательных качеств;
- воспитание нравственных и волевых качеств.

Важнейшими дидактическими принципами обучения являются

- сознательность и активность,
- наглядность,
- доступность,
- индивидуализация,
- систематичность,
- последовательность,
- прочность.

Данная программа предназначена для детей с ограниченными возможностями здоровья, осваивающими адаптированную основную общеобразовательную программу (вариант 1).

Возраст детей участвующих в реализации данной дополнительной общеразвивающей программы: 12-17 лет.

Ведущими методами обучения, развития и воспитания, обучающихся в рамках данной программы являются:

- **словесные методы**, создающие у учащихся предварительное представление об изучаемом движении. Для этой цели рекомендуется использовать: объяснение, рассказ, замечания; команды, распоряжения, указания, подсчет и т.д.
- **наглядные методы** – применяются главным образом в виде показа упражнений, учебных наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учащихся конкретные представления об изучаемых действиях;
- **практические методы**: метод упражнений, игровой метод, соревновательный. Главным является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение движений. Разучивание

упражнений осуществляется двумя способами: - в целом; - по частям. Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

В основу методики физической подготовки по программе «Спортивные игры» положена концепция тренировки, как научно обоснованная теория управления повышением физического потенциала школьников. Высокий уровень развития двигательных качеств и способностей, общей и физической работоспособности могут быть приобретены воспитанниками путем тренировки, путем реализации целенаправленного процесса адаптации их к двигательной деятельности необходимого объема и достаточной интенсивности.

Методы организации деятельности, учащихся на занятии следующие: фронтальный, групповой, поточный методы, метод индивидуальных занятий и круговой тренировки.

Фронтальный метод наиболее эффективен т.к. упражнения I выполняются всеми учащимися одновременно, с минимальными паузами. Он может применяться во всех частях занятия при совершенствовании и повторении пройденного материала, при обучении новым движениям и при воспитании двигательных качеств.

Групповой метод применяется при совершенствовании техники или при выполнении различных заданий на воспитание двигательных качеств.

Разбивка на группы и выполнение различных заданий требуют подготовки инструкторов и актива учеников. Групповой метод позволяет контролировать занимающихся и вносить необходимые коррективы, направлять внимание на группу, выполняющую более сложные задания, или на менее подготовленную группу.

Поточный метод предусматривает - поочередное выполнение учащимися упражнений. В спортивных играх это поочередные броски, нападающие удары. Применение этого метода в сочетании с разделением на группы позволит повысить плотность занятий и их интенсивность.

Метод индивидуальных занятий заключается в том, что занимающиеся получают задания и самостоятельно выполняют их. Он может сочетаться с другими методами, дополнять их.

Круговая тренировка может применяться при совершенствовании техники игры и комплексном воспитании двигательных качеств. Этот метод требует дифференцированного определения заданий.

Выбор метода зависит от задач занятия и применяемых средств. Одна из наиболее существенных сторон современного занятия - его высокая моторная плотность. Эффективность занятия во многом зависит от творческого применения наиболее рациональных методов организации учебного процесса.

3. ЛИЧНОСТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Личностные результаты освоения программы дополнительного образования

КРИТЕРИЙ	СОДЕРЖАНИЕ ПОКАЗАТЕЛЯ
1. Осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину.	Понимать и использовать в речи положительные качества, характеризующие гражданскую направленность (патриотизм, трудолюбие, верность, справедливость, честь, смелость, и др. социальные компетенции).
	Понимать, что связывает ребенка: с его близкими, друзьями, одноклассниками, с Родиной.
	Бережно относиться к окружающему миру (через трудовое и экологическое воспитание).
	Знать символики школы, района, города, области, страны.
	Уважительно относиться к себе, к другим людям.
	Признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою.
2. Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.	Уважать и доброжелательно относиться к другим (толерантность): - этническая толерантность; - конфессиональная толерантность (уважительное отношение к представителям других религий и вероисповеданий); - возрастная толерантность; - гендерная толерантность.
	Вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания.
	Уметь обратиться с просьбой (например, о помощи) или сформулировать просьбу о своих потребностях, иметь достаточный запас фраз и определений («повторите, пожалуйста, я не услышал; я не совсем понял, что ты имеешь в виду»).
3. Развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении.	Выполнить насущно необходимые действия (бытовые навыки: самостоятельно одеться, и т.д.).
	Ориентироваться в классе, школе (знать, где классный кабинет, учителя, столовая, расписание уроков и т.д.)
	Конструктивно общаться в семье, в школе (со взрослыми: родители и педагоги): - слушать и слышать («слушать объяснение тренера на занятии»); - обращаться за помощью; - выражать благодарность; - следовать полученной инструкции; - договариваться; - доводить начатую работу до конца; - вступать в обсуждение; - задавать вопросы; - исправить недостатки в работе.

4. Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире.	Конструктивно общаться со сверстниками: - знакомиться; - присоединиться к другим детям; - просить об одолжении; - выражать симпатию; - проявлять инициативу; - делиться; - извиняться.
	Применять навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
	Понимать ситуацию и на ее основе принимать адекватное решение.
	Овладевать навыками самообслуживания дома и в школе.
5. Овладение социально-бытовыми умениями, используемые в повседневной жизни.	Уметь попросить о помощи в случае затруднений. Ориентироваться в пространстве школы, в расписании занятий.
	Уметь начать и поддержать разговор, задать вопрос, выразить свои намерения, просьбу, пожелание, опасение, завершить разговор. Уметь корректно выразить отказ и недовольство, благодарность, сочувствие.
	Поддерживать коммуникацию, применять адекватные способы поведения в разных ситуациях, обращаться за помощью, оказывать помощь.
6. Владение умениями коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.	Использовать разнообразные средства коммуникации (в меру своих возможностей) согласно ситуации.
	Правильно применять нормы и правила социального взаимодействия.
	соблюдать правила поведения в разных социальных ситуациях: - с тренерами; - с товарищами по команде; - с судьями.
7. Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей.	Отвечать за свои поступки. Уважать свое мнение и мнение окружающих. Быть благодарным, проявлять сочувствие, правильно выразить отказ, умение корректно высказать просьбу, намерение, опасение и др.)
	Организовывать собственную деятельность: - в быту - в общественных местах и т.д.
	Посещать занятия, не иметь пропусков без уважительной причины.
8. Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие	Соблюдать правила поведения на занятиях. Соблюдать правила поведения на переменах и мероприятиях. Проявлять активность на занятиях и внеурочное время.

мотивов учебной деятельности.	Выполнять задания тренера в школе и дома. Проявлять интерес к спорту и физической культуре; Применять полученные знания в жизни.
	Проявлять интерес к общению; помогать и поддерживать товарищей, прислушиваться к их советам; критически относиться к результатам общения, правильно оценивать замечания; ориентироваться в ситуации общения.
9.Развитие умений сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.	Уметь выразить свое отношение к происходящему: речью, мимикой или жестами, осознавать свое поведение в коллективе, следовать адекватным формам поведения.
	Видеть и понимать красоту в окружающем мире.
10.Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	Выражать свои мысли, чувства, впечатления в форме эстетического суждения, оценки. Участвовать в различных видах творческой деятельности, выражать себя в доступных видах творчества. Понимать художественные традиции своего народа.
	Уважать и любить себя. Проявлять чувства доброжелательности, искренности, уважительности, справедливости, вежливости, терпения по отношению к другим людям.
11.Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	Применять умения личной гигиены в повседневной жизни.
12.Формирование установки за безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.	Различать вредные привычки от полезных. Заниматься спортом. Применять различные формы ЗОЖ в повседневной жизни.
	Создавать художественные образы в своем воображении. Участвовать в доступных ему формах творческой деятельности. Положительно относиться к трудовой творческой деятельности. Уметь сотрудничать со сверстниками, старшими детьми и взрослыми.
	Быть искренним, заботливым по отношению к себе и другим людям.
	Уметь взаимодействовать в коллективных творческих делах.

Предметные результаты освоения программы дополнительного образования

В результате освоения практической части курса учащиеся будут знать:

- о способах и особенностях движения и передвижений человека;
- о правильном выполнении физических упражнений;
- об общих и индивидуальных основах личной гигиены;
- правила спортивных игр: баскетбол, волейбол, мини-футбол;
- о технических и тактических действиях игроков.

Учащиеся будут уметь:

- выполнять физические упражнения для развития физических качеств и навыков;
- выполнять технические приемы ведение, передача, бросок(удар);
- играть по правилам в спортивные игры: баскетбол, волейбол, мини-футбол;
- соблюдать элементарные правила гигиены;
- применять коммуникативные навыки;

Форма реализации программы

- индивидуальная;
- фронтальная;
- групповая.

Ожидаемые результаты реализации программы.

1. Развитие природных данных обучающихся, для быстрого роста мастерства;

2. Овладение теоретическими и практическими основами игр в баскетбол, волейбол, мини-футбол;

3. Участие в соревнованиях в рамках Специальной олимпиады России, формирование сборной команды школы по баскетболу, мини-футболу;

4. Приобретение необходимых волевых, психологических качеств, для стабильности и успешности выступления на ответственных соревнованиях.

4. ОПИСАНИЕ МЕСТА ПРОГРАММЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Возраст детей участвующих в реализации данной программы: 12-17 лет.

Срок реализации программы: 1 год.

Наполняемость групп: до 10 человек. Настоящая программа рассчитана на 60 часов (2 часа в неделю).

Формами и методами контроля освоения программы являются:

- выступление учащихся в соревнованиях школьного, городского уровней;
- матчевые встречи с командами других учебных заведений района и города;
- сдача контрольных нормативов.

Содержание программы:

№	Разделы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Баскетбол.	24	2	22	Беседа. Ответы на вопросы. Сдача контрольных нормативов, участие в соревнованиях.
2	Волейбол.	20	1	19	Беседа. Ответы на вопросы. Сдача контрольных нормативов.
3	Мини-футбол.	16	2	14	Беседа. Ответы на вопросы. Сдача контрольных нормативов.
	Итого:	60	5	55	

5. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ДАООП

Программа включает в себя следующие разделы обучения (для всех групп):

1. Баскетбол (24 часа)

Теория: Правила техники безопасности на занятиях, правила игры.

Общая физическая подготовка: гимнастические, легкоатлетические упражнения (бег, прыжки), подвижные игры. *Специальная физическая подготовка:* упражнения для развития быстроты, скоростно-силовых качеств, специальной выносливости, специфической координации, необходимых качеств при ловле, передачи и броска мяча.

Техническая подготовка:

- стойки игроков;
- передвижения игроков;
- ведение мяча, остановки;
- передачи мяча;
- броски;
- сочетания приемов: ведение, передачи бросок.

Тактическая подготовка:

а) техника нападения:

- групповые действия;
- командные действия;

б) техника защиты:

- индивидуальные действия;
- групповые действия;
- командные действия.

2. Волейбол(20 часов)

Теория: Правила техники безопасности на занятиях, правила игры.

Общая физическая подготовка: гимнастические, легкоатлетические упражнения (бег, прыжки), подвижные игры. *Специальная физическая подготовка:* упражнения для развития быстроты, скоростно-силовых качеств, специальной выносливости, специфической координации, необходимых качеств при приеме, передачи и подачи мяча.

Техническая подготовка:

- стойки игроков;
- передвижения игроков;
- подача;
- верхняя и нижняя передачи мяча;
- прием после подачи;
- нападающий удар;
- сочетания приемов:подача, прием, передача, нападающий удар.

Тактическая подготовка:

а) техника нападения:

- групповые действия;
- командные действия;

б) техника защиты:

- индивидуальные действия;
- групповые действия;
- командные действия.

3. Мини-футбол(16 часов)

Теория: Правила техники безопасности на занятиях, правила игры.

Общая физическая подготовка: гимнастические, легкоатлетические упражнения (бег, прыжки), подвижные игры. *Специальная физическая подготовка:* упражнения для развития быстроты, скоростно-силовых качеств, специальной выносливости, специфической координации, необходимых качеств при приеме, передачи и ведении мяча.

Техническая подготовка:

- ведение мяча;
- прием мяча;
- передача мяча;
- нападающий удар;
- сочетания приемов: ведение, прием, передача, нападающий удар.

Тактическая подготовка:

а) техника нападения:

- групповые действия;
- командные действия;

б) техника защиты:

- индивидуальные действия;
- групповые действия;
- командные действия.

4. Участие в соревнованиях и контрольных играх.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1. Аросев Д.А., Бавина Л.В. Методика физического воспитания школьников. -М: Просвещение, 1998.
2. Железняк Ю.Д., Слупский Л.Н. Волейбол в школе. - М.: Физкультура и спорт, 1995.
3. Клещев Ю.Н., Фурманов А.Г. Юный волейболист. - М.: Физкультура и спорт, 1997.
4. Лях В.И., Кофман Л.Б., Мейксон Г.Б. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов общеобразовательной школы. - М.: Просвещение, 2004.
5. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. Пособие для учителя. - М.: АСТ, 2004.
6. Погадаев Г.И. Настольная книга учителя физической культуры. - М: Физкультура и спорт, 2003.
7. Директивные материалы Комитета по физической культуре и спорту, и федерации баскетбола РФ,
8. Журналы: «Спортивные игры», «Физкультура в школе», «Теория и практика физической культуры» 2001-2007 г.г.

Материально-техническое обеспечение.

Материально-техническое оснащение учебного предмета предусматривает как обычное для спортивных залов школ оборудование и инвентарь, так и специальное адаптированное (ассистивное) оборудование для детей с различными нарушениями развития, включая тренажеры, специальные велосипеды (с ортопедическими средствами), инвентарь для подвижных и спортивных игр и др.

Спортивный инвентарь: маты, гимнастические мячи разного диаметра, гимнастические скамейки, гимнастические лестницы с перекладинами, обручи, кегли (фишки), гимнастические коврики, корзины, футбольные, волейбольные, баскетбольные мячи, скакалки и т.п.

Программно-методические условия.

Дидактические материалы: изображения (картинки, фото, пиктограммы) спортивного инвентаря; карточки с демонстрационным материалом в соответствии с темами занятий.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

СИСТЕМА ОЦЕНКИ ДОСТИЖЕНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДАООП

Критерии оценивания	Баскетбол			Волейбол			Футбол		
баллы	Ведение мяча	Бросок по кольцу попаданий из 10	Бросок после ведения и 2-х шагов	Верхняя передача у стены	Нижняя передача у стены	Подача из 10 попыток	Ведение мяча	Передача мяча	Удары по воротам
5	Уверенно ведет мяч и правой и левой рукой.	7	6 попаданий из 10 правой и левой рукой	20 раз без потери мяча	15 раз без потери мяча	6 раз	Уверенно ведет мяч и правой и левой ногой на скорости	Уверенная правой и левой ногой на скорости	Сильные и точные с обеих ног
4	Ведение мяча правой рукой и иногда левой рукой в движении	5	5 попаданий из 10 правой и левой рукой	15 раз без потери мяча	10 раз без потери мяча	4 раз	Уверенно ведет мяч и правой и левой ногой в спокойном темпе	Уверенная правой и левой ногой в спокойном темпе	Сильные и точные с сильнейшей ноги
3	Ведение мяча только одной рукой на месте и в движении	3	4 попадания из 10 сильнейшей рукой	10 раз без потери мяча	7 раз без потери мяча	3 раза	Ведение мяча только не уверенно	Неуверенная, в спокойном темпе	Слабые удары. Не всегда точные 50 процентов попаданий
2	Ведение мяча одной рукой на месте и в медленном темпе во время движения	2	2 попадания из 10 сильнейшей рукой	5 раз без потери мяча	4 раза без потери мяча	2 раза	Ведение мяча в медленном темпе и с ошибками	Неуверенная с ошибками	Слабые 30 процентов попаданий

Карта развития учащихся

1 группа

Критерии оценивания	Баскетбол						Волейбол						Футбол					
Фамилия, имя ребенка	Ведение мяча		Бросок по кольцу		Бросок после ведения и 2-х шагов		Верхняя передача		Нижняя передача		Подача		Ведение мяча		Передача мяча		Удары по воротам	
	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г
1.																		
2.																		
3.																		
4.																		
5.																		
ИТОГО																		

Карта развития учащихся

2 группа

Критерии оценивания Фамилия, имя ребенка	Баскетбол						Волейбол						Футбол					
	Ведение мяча		Бросок по кольцу		Бросок после ведения и 2-х шагов		Верхняя передача		Нижняя передача		Подача		Ведение мяча		Передача мяча		Удары по воротам	
	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г
1.																		
2.																		
3.																		
4.																		
5.																		
ИТОГО																		

Приложение 2

Календарно-тематическое планирование 1 группа.

№ п/п	Тема занятия	Дата	Кол-во часов	
			Теория	Практика
1 четверть. Баскетбол.				
1	Правила техники безопасности на занятиях баскетболом		1	
2	История баскетбола. Правила игры.		1	
3	Стойки и передвижения игроков			1
4	Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока			1
5	Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока, остановка двумя шагами.			1
6	Ведение мяча правой и левой рукой.			1
7	Ведение мяча с ускорением. Учебная игра.			1
8	Ведение мяча в высокой стойке. Остановка двумя шагами.			1
2 четверть. Баскетбол.				
9	Остановка прыжком. Передача.			1
10	Передача 2-я руками, вброс.			1
11	Передача мяча из-за головы на месте от стены.			1
12	Передача мяча 2-я руками на месте.			1
13	Передача мяча 2-я руками в движении.			1
14	Передача мяча двумя руками от плеча в движении.			1
15	Бросок с малой дистанции.			1
16	Бросок со средней дистанции.			1
17	Бросок с дальней дистанции.			1
18	Штрафной бросок.			1
19	Сочетание приёмов ведения, 2 шага, бросок мяча.			1
20	Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча.			1
21	Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча.			1
22	Тактика игры в защите. Зонная защита			1
23	Защита игра в нападении.			1
24	Сдача нормативов.			1
3 четверть. Волейбол.				
25	Правила техники безопасности при игре в		1	

	волейбол.			
26	Стойки волейболиста.		1	
27	Передвижение волейболиста.			1
28	Нижняя прямая подача.			1
29	Нижняя боковая подача.			1
30	Верхняя подача.			1
31	Верхняя передача у стены.			1
32	Верхняя передача у стены в парах.			1
33	Верхняя передача мяча в парах			1
34	Верхняя передача мяча в тройках			1
35	Нижняя передача мяча			1
36	Нижняя передача мяча в тройках			1
37	Приём мяча снизу двумя руками.			1
38	Прием мяча после подачи			1
39	Нападающий удар.			1
40	Прыжковые упражнения.			1
41	Прыжковые упражнения у сетки.			1
42	Сочетание приемов прием, передача.			1
43	Сочетание приемов прием, передача, нападающий удар.			1
44	Сдача нормативов.			1
4 четверть. Мини-футбол.				
45	Правила техники безопасности на занятиях футболом.		1	
46	Правила игры в футбол.		1	
47	Ведение мяча.			1
48	Ведение мяча змейкой.			1
49	Ведение мяча до ориентира.			1
50	Ведение мяча змейкой до ориентира.			1
51	Прием мяча на месте.			1
52	Передача мяча на месте.			1
53	Прием и передача мяча на месте.			1
54	Прием мяча в движении.			1
55	Передача мяча в движении.			1
56	Прием и передача мяча в движении.			1
57	Нападающий удар			1
58	Нападающий удар после ведения.			1
59	Тактика игры в защите. Учебная игра.			1
60	Тактика игры в атаке. Сдача нормативов.			

Календарно-тематическое планирование 2 группа.

№ п/п	Тема занятия	Дата	Кол-во часов	
			Теория	Практика
1 четверть. Баскетбол.				
1	Правила техники безопасности на занятиях баскетболом		1	
2	История баскетбола. Правила игры.		1	
3	Стойки и передвижения игроков			1
4	Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока			1
5	Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока, остановка двумя шагами.			1
6	Ведение мяча правой и левой рукой.			1
7	Ведение мяча с ускорением. Учебная игра.			1
8	Ведение мяча в высокой стойке. Остановка двумя шагами.			1
2 четверть. Баскетбол.				
9	Остановка прыжком. Передача.			1
10	Передача 2-я руками, вброс.			1
11	Передача мяча из-за головы на месте от стены.			1
12	Передача мяча 2-я руками на месте.			1
13	Передача мяча 2-я руками в движении.			1
14	Передача мяча двумя руками от плеча в движении.			1
15	Бросок с малой дистанции.			1
16	Бросок со средней дистанции.			1
17	Бросок с дальней дистанции.			1
18	Штрафной бросок.			1
19	Сочетание приёмов ведения, 2 шага, бросок мяча.			1
20	Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча.			1
21	Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча.			1
22	Тактика игры в защите. Зонная защита			1
23	Защита игра в нападении.			1
24	Сдача нормативов.			1
3 четверть. Волейбол.				
25	Правила техники безопасности при игре в волейбол.		1	
26	Стойки волейболиста.		1	

27	Передвижение волейболиста.			1
28	Нижняя прямая подача.			1
29	Нижняя боковая подача.			1
30	Верхняя подача.			1
31	Верхняя передача у стены.			1
32	Верхняя передача у стены в парах.			1
33	Верхняя передача мяча в парах			1
34	Верхняя передача мяча в тройках			1
35	Нижняя передача мяча			1
36	Нижняя передача мяча в тройках			1
37	Приём мяча снизу двумя руками.			1
38	Прием мяча после подачи			1
39	Нападающий удар.			1
40	Прыжковые упражнения.			1
41	Прыжковые упражнения у сетки.			1
42	Сочетание приемов прием, передача.			1
43	Сочетание приемов прием, передача, нападающий удар.			1
44	Сдача нормативов.			1
4 четверть. Мини-футбол.				
45	Правила техники безопасности на занятиях футболом.		1	
46	Правила игры в футбол.		1	
47	Ведение мяча.			1
48	Ведение мяча змейкой.			1
49	Ведение мяча до ориентира.			1
50	Ведение мяча змейкой до ориентира.			1
51	Прием мяча на месте.			1
52	Передача мяча на месте.			1
53	Прием и передача мяча на месте.			1
54	Прием мяча в движении.			1
55	Передача мяча в движении.			1
56	Прием и передача мяча в движении.			1
57	Нападающий удар			1
58	Нападающий удар после ведения.			1
59	Тактика игры в защите. Учебная игра.			1
60	Тактика игры в атаке. Сдача нормативов.			