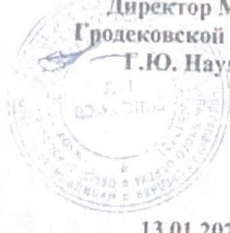



Управление образования Благовещенского района  
Муниципальное автономное образовательное учреждение  
«Центр дополнительного образования детей Благовещенского района»

<p>УТВЕРЖДАЮ Директор МАОУ Гродековской СОШ Г.Ю. Науменко</p>  <p>13.01.2023 год</p>	<p>Рассмотрена на Заседании методического объединения</p> <p>13.01.2023 год</p>	<p>УТВЕРЖДАЮ Директор МАОУ ЦДОД Благовещенского района И.П. П.</p>  <p>13.01.2023 год</p>
---	---	--

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
Физкультурно-спортивной направленности

«Спортивные игры 10-13 лет»

Возраст обучающихся: 10-13 лет

Срок реализации: 1 год

Уровень программы: базовый

Форма реализации: сетевая

Автор-составитель: Лоскутова Любовь Викторовна,  
педагог дополнительного образования

с. Волково, 2023г

## СОДЕРЖАНИЕ

Раздел №1. Комплекс основных характеристик программы.....	2
1.1 Пояснительная записка .....	3
1.2 Цель и задачи программы .....	5
1.3 Содержание программы.....	6
Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий».....	10
2.1 Календарный учебный график .....	10
2.2 Условия реализации программы .....	15
2.3 Форма аттестации .....	15
2.5 Методические материалы .....	18
2.6 Модуль для дистанционного обучения .....	20
Список литературы .....	21

## **Раздел №1. Комплекс основных характеристик программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Спортивные игры 10-13 лет» разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Концепцией развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 476 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи". (Зарегистрирован 18.12.2020 № 61573);

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р;

- Постановлением "О внедрении системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Амурской области";

- Постановлением "Об утверждении и Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Благовещенском районе";

- Уставом МАОУ Гродековской СОШ;

- Уставом МАОУ ЦДОД Благовещенского МО.

## **1.1 Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Спортивные игры 10-13 лет» включает в себя комплекс образовательных блоков и комплекс воспитательных, досуговых и оздоровительных мероприятий. Программа носит обучающий, воспитательный и оздоровительный характер.

В школьном возрасте формируется будущее здоровье ребенка, его социальная значимость и активность, умение адаптироваться в коллективе, закладывается отношение к себе и окружающим. Между тем многочисленные исследования показывают, что в настоящее время в России почти 80% детей школьного возраста испытывают недостаток двигательной активности, и 60% имеют различные отклонения по здоровью, связанные с гиподинамией. Зачастую дети школьного возраста не умеют общаться со сверстниками, объединять усилия для выполнения общей работы, находить компромиссы и адекватно оценивать себя и окружающих. Спорт, а особенно спортивные и подвижные игры, могут создать тот фундамент, который позволит детям восполнить недостаток двигательной активности, научит вести здоровый образ жизни, поможет найти свое место в коллективе сверстников и объединит детей в стремлении к общей цели.

Оздоровительная функция программы заключается в соблюдении режима дня, комплексе оздоровительных упражнений, таких как ежедневная зарядка, физкультурно-оздоровительные мероприятия, а также правильное питание.

### **Информация о направленности.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа является физкультурно-спортивной. В образовательной программе сочетается досуг с образовательной деятельностью, она даёт каждому учащемуся возможность попробовать свои силы в спортивной деятельности, включиться в массовые спортивные мероприятия, реализуя свое физическое развитие.

### **Актуальность.**

Согласно проекту концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, в современном обществе есть острая потребность включения детей в программы, отвечающие новому содержанию, учитывающие востребованность на рынке труда современных компетенций. В этой связи появляется необходимость роста вовлеченности детей в занятия технической направленности (связанных с приоритетными направлениями научно-технологической инициативы), появление образовательных практик социально-гуманитарной направленности (ориентированные на креативные индустрии), обновление содержания и технологий дополнительного образования детей для формирования универсальных компетентностей

(креативность, коммуникация и др.) и новых грамотностей («цифровой», «технологической»), а также формирования здоровой нации, которую необходимо поддерживать с детства дополнительными общеобразовательными программами физкультурно-спортивной направленности.

**Новизна** программы заключается в том, что она предусматривает более обширное изучение подвижных и народных игр на занятиях.

В основе программы – подготовка, включающая в себя разнообразные, специально подобранные подвижные игры, эстафеты.

Интеграция со смежными дисциплинами – историей, чтением, окружающим миром – значительно расширяет кругозор учащихся и способствует углублению знаний по предметам.

#### **Отличительная особенность программы.**

Реализация программы «Спортивные игры 10-13 лет» позволяет осуществлять комплексное развитие личности ребенка. Выполнение активной двигательной деятельности на занятиях спортивными играми сочетается с необходимостью анализа игровых ситуаций, быстрого принятия решений, взаимодействия с товарищами по команде и соперником, проявление точности движений, собранности, самоконтроля. В таких условиях открываются широкие возможности для эффективного физического воспитания с одновременным воспитанием морально-волевых качеств, развитием психических способностей, формированием коммуникативных навыков, приобщению к здоровому образу жизни.

#### **Адресат программы.**

Дети 10-13 лет. Общая численность – 20 человек.

Подростковый период – время бурного и плодотворного развития познавательных процессов. Так, возраст 10-13 лет считается сензитивным периодом для развития таких качеств, как быстрота сенсомоторных реакций, точность мышечно-двигательных дифференцировок, быстрота переключения внимания.

Заниматься в секции могут все желающие, прошедшие медицинский осмотр и допущенные врачом к занятиям. Содержание программы не требует от учащихся дополнительных знаний, подбор игр и заданий отражает реальную физическую, интеллектуальную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

**Объем и срок освоения программы.** Годичная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Спортивные игры 10-13 лет» рассчитана на один год обучения, общее количество часов – 68.

**Формы обучения:** очная с применением дистанционных образовательных технологий

**Информация об уровне.**

Программа реализуется на базовом уровне сложности, предоставляя возможность детям в условиях образовательного досуга попробовать себя в различных видах деятельности.

**Особенности организации образовательного процесса:**

**Формы реализации образовательной программы.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивные игры 10-13 лет» является сетевой. Взаимодействие осуществляется между МАОУ ЦДОД Благовещенского МО и МАОУ Гродековской СОШ.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивные игры 10-13 лет» включает в себя теоретические и практические виды занятий, участие в школьных и районных соревнованиях, а также дистанционный блок обучения, который так актуален в нашей сложной эпидемиологической обстановке. Дистанционный блок включает в себя самостоятельное ознакомление с материалом (в основном по видео – урокам), а также проверку знаний по пройденной теме, используя индивидуальный подход и задания к учащимся.

**Организационные формы обучения.**

Обучение проходит в групповой форме с использованием онлайн и офлайн форм дистанционного обучения.

**Режим занятий, периодичность и продолжительность**

Всего программой предусмотрено 68 ч образовательного блока. Один академический час равен 45 минут. Занятия проводятся 2 раза в неделю. Ежеженедельно дети осваивают 2 ак. часа.

**Место и сроки проведения.**

Место проведения: МАОУ Гродековская СОШ.

Сроки проведения: с 01.09.2022 года по 31.05.2023 год.

**Наполняемость группы.**

Занятия проводятся по группам до 20 человек.

## **1.2 Цель и задачи программы**

Цель программы – удовлетворить потребность детей в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества. Для достижения указанной цели решаются следующие задачи.

Задачи:

- научить правилам подвижных игр и основным приёмам спортивных игр;
- познакомить с техникой безопасности на занятиях и правилами самостоятельных занятий;

- обогащение двигательного опыта школьников новыми двигательными действиями;
- формировать устойчивый интерес к подвижным играм, играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желание использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;
- развивать координацию движений и основные физические качества: ловкость, быстроту реакции, скоростно-силовые способности, выносливость;
  - способность к оперативному мышлению, быстрому принятию решений, корректировке действий в соответствии с изменяющимися условиями деятельности;
- формировать навыки самостоятельных упражнений во время игрового досуга.
  - воспитание положительных морально-волевых качеств;
  - способствовать развитию социальной активности обучающихся: воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;
  - воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;
  - раскрывать потенциал каждого ребёнка;
  - формирование привычек здорового образа жизни.

### Содержание программы Учебный план

№	Название раздела, тема	Количество часов			Форма контроля
		Теория (час)	Практика (час)	Всего (час)	
1	Физическая культура и спорт в России	1	-	1	Беседа, опрос
2	Основы методики обучения и тренировок по спортивным играм	1	-	1	Беседа, опрос
3	Общая и специальная физическая подготовка	1	10	11	Тест со всеми вспомогательными приспособлениями и инвентарем
	Основные правила, техника и тактика игры в футбол.	1	10	11	Сдача контрольных нормативов. Участие в контрольных соревнованиях
4	Основные правила, техника и тактика игры в волейбол.	2	20	22	Сдача контрольных нормативов. Участие в контрольных соревнованиях
5	Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол.	2	20	22	Сдача контрольных нормативов. Участие в контрольных соревнованиях
	<b>ИТОГО</b>	<b>8</b>	<b>60</b>	<b>68</b>	

## Содержание учебного плана

### **Физическая культура и спорт в России.**

**Теория.** Единая Всероссийская спортивная классификация, спортивные знания и разряды. Достижения.

### **Основы методики обучения и тренировок по спортивным играм**

**Теория.** Методики физической подготовки. Обучение тактике и стратегии спортивных игр. Обобщение и связь тактики и стратегии в спортивных играх. Методы и средства, общей и специальной физической подготовки, и их особенности в связи с возрастом занимающихся.

### **Общая физическая подготовка.**

**Теория.** Правила техники безопасности на занятиях.

**Практика.** Упражнения для развития мышц рук и плечевого сустава, упражнения для мышц туловища и шеи, ног и таза. Различные кувырки, перекувырки, падения. Бег на короткие дистанции, высокий и низкий старт. Челночный бег, бег с препятствиями прыжки в высоту, в длину, с места, с разбега. Метание малого мяча в цель и на дальность. Метание набивного мяча из различных положений.

Подвижные игры на развитие координации и внимательности. Специальная физическая подготовка: подвижные игры, подводящие непосредственно к основной теме занятий.

### **Основные правила, техника и тактика игры в футбол.**

**Теория.** Правила игры в футбол Цель игры и ее составляющие. Поле, количество игроков, время игры, основные нарушения.

**Практика.** Техника игры: работа с мячом, набивание, ведение мяча, удары по воротам. Тактика: индивидуальная и командная игра.

### **Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол.**

**Теория.** Правила игры в баскетбол: цель игры и ее составляющие. Площадка, кольца, состав команды, форма, время игры, основные нарушения.

**Практика.** Техника игры: работа с мячом, дриблинг, перетасовка, броски в кольцо. Индивидуальная и командная игра.

### **Основные правила, техника и тактика игры в волейбол.**



**Теория.** Правила игры в волейбол: цель игры и ее составляющие, площадка, высота сетки, количество игроков, подача, распасовка, блок.

**Практика.** Перемещения из стойки. Передача мяча. Передача мяча сверху двумя руками. подача мяча. Нападающие удары. Приём мяча. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика нападения. Тактика защиты.

Перемещения из стойки. Приём мяча снизу двумя руками. Отбивание мяча кулаком в прыжке. Нижняя прямая подача. Нападающий удар. Тактические действия в нападении. Тактические действия в защите. Учебные игры.

### **Планируемые результаты**

В процессе освоения программы, дети должны:

- Изучить основы истории развития игр в России,
- изучить влияние физических упражнений на организм спортсмена,
- изучить гигиену и самоконтроль спортсмена,
- изучить основы правил, технику и тактику игр в футбол, баскетбол, волейбол;

должны уметь:

- технически правильно осуществлять двигательные действия избранной спортивной игры,
- использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга,
- управлять своими эмоциями,
- эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения,
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий;
- демонстрировать игру во все предложенные спортивные игры по упрощенным правилам,

- участвовать в соревнованиях по одной из спортивных игр,
- соблюдать нормы поведения в коллективе, правил безопасности и личную гигиену,
- помогать друг другу и учителю,
- осуществлять поддержку товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовку,
- проявлять активность, выдержку и самообладание.

## Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

### 2.1. Календарный учебный график

№	Месяц	Число	Время проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля	
1.	Сентябрь	27	16.00-17.00	Лекция	1	Физическая культура и спорт в России	Школа	Опрос	
2.		29	16.00-17.00	Лекция	1	Основы методики обучения и тренировок по спортивным играм	Школа	Опрос	
3.	Октябрь	4	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Общая и специальная физическая подготовка	Школа	Тест со всеми вспомогательными приспособлениями и инвентарем	
4.		6	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Общая и специальная физическая подготовка	Школа	Тест со всеми вспомогательными приспособлениями и инвентарем	
5.		10	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Общая и специальная физическая подготовка	Школа	Тест со всеми вспомогательными приспособлениями и инвентарем	
6.		13	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Общая и специальная физическая подготовка	Школа	Тест со всеми вспомогательными приспособлениями и инвентарем	
7.		18	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Общая и специальная физическая подготовка	Школа	Тест со всеми вспомогательными приспособлениями и инвентарем	
8.		20	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Общая и специальная физическая подготовка	Школа	Тест со всеми вспомогательными приспособлениями и инвентарем	
9.		Октябрь	25	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Общая и специальная физическая подготовка	Школа	Тест со всеми вспомогательными приспособлениями и инвентарем
10.			27	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Общая и специальная физическая подготовка	Школа	Тест со всеми вспомогательными приспособлениями и инвентарем
11.		1	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Общая и специальная физическая подготовка	Школа	Тест со всеми вспомогательными приспособлениями и инвентарем	
12.		3	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Общая и специальная физическая подготовка	Школа	Тест со всеми вспомогательными приспособлениями и инвентарем	
13.		8	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Общая и специальная физическая подготовка	Школа	Тест со всеми вспомогательными	

							приспособлениями и инвентарем
14.		10	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Основные правила, техника и тактика игры в футбол	Школа Тест со всеми вспомогательными приспособлениями и инвентарем
15.	Ноябрь	15	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Основные правила, техника и тактика игры в футбол	Школа Тест со всеми вспомогательными приспособлениями и инвентарем
16.		17	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Основные правила, техника и тактика игры в футбол	Школа Тест со всеми вспомогательными приспособлениями и инвентарем
17.		22	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Основные правила, техника и тактика игры в футбол	Школа Тест со всеми вспомогательными приспособлениями и инвентарем
18.		24	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Основные правила, техника и тактика игры в футбол	Школа Тест со всеми вспомогательными приспособлениями и инвентарем
19.		29	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Основные правила, техника и тактика игры в футбол	Школа Тест со всеми вспомогательными приспособлениями и инвентарем
20.		1	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Основные правила, техника и тактика игры в футбол	Школа Тест со всеми вспомогательными приспособлениями и инвентарем
21.		6	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Основные правила, техника и тактика игры в футбол	Школа Тест со всеми вспомогательными приспособлениями и инвентарем
22.	8	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Основные правила, техника и тактика игры в футбол	Школа Тест со всеми вспомогательными приспособлениями и инвентарем	
23.	13	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Основные правила, техника и тактика игры в футбол	Школа Тест со всеми вспомогательными приспособлениями и инвентарем	
24.	15				1	Основные правила, техника и тактика игры в футбол	Школа Тест со всеми вспомогательными

			16.00-17.00	Практическое занятие				приспособлениями и инвентарем
25.	Декабрь	20	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Основные правила, техника и тактика игры в волейбол	Школа	Сдача контрольных нормативов. Участие в контрольных соревнованиях
26.		22	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Основные правила, техника и тактика игры в волейбол	Школа	Сдача контрольных нормативов. Участие в контрольных соревнованиях
27.		27	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Основные правила, техника и тактика игры в волейбол	Школа	Сдача контрольных нормативов. Участие в контрольных соревнованиях
28.		29	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Основные правила, техника и тактика игры в волейбол	Школа	Сдача контрольных нормативов. Участие в контрольных соревнованиях
<b>Всего в 1 полугодии – 28 часов.</b>								
29.	Январь	10	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Основные правила, техника и тактика игры в волейбол	Школа	Сдача контрольных нормативов. Участие в контрольных соревнованиях
30.		12.	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Основные правила, техника и тактика игры в волейбол	Школа	Сдача контрольных нормативов. Участие в контрольных соревнованиях
31.		17	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Основные правила, техника и тактика игры в волейбол	Школа	Сдача контрольных нормативов. Участие в контрольных соревнованиях
32.		19	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Основные правила, техника и тактика игры в волейбол	Школа	Сдача контрольных нормативов. Участие в контрольных соревнованиях
33.		24	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Основные правила, техника и тактика игры в волейбол	Школа	Сдача контрольных нормативов. Участие в контрольных соревнованиях
34.		26	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Основные правила, техника и тактика игры в волейбол	Школа	Сдача контрольных нормативов. Участие в контрольных соревнованиях
35.		31	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Основные правила, техника и тактика игры в волейбол	Школа	Сдача контрольных нормативов. Участие в контрольных соревнованиях
36.	Февраль	02	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Основные правила, техника и тактика игры в волейбол	Школа	Сдача контрольных нормативов. Участие в контрольных соревнованиях
37.		07	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Основные правила, техника и тактика игры в волейбол	Школа	Сдача контрольных нормативов. Участие в контрольных соревнованиях





66.		29	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	Школа	Сдача контрольных нормативов. Участие в контрольных соревнованиях
67.		31	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	Школа	Сдача контрольных нормативов. Участие в контрольных соревнованиях
68.	Июнь	05	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	Школа	Сдача контрольных нормативов. Участие в контрольных соревнованиях
<b>Всего – 68 часов. 1 полугодие – 28 ч., 2 полугодие – 40 ч.</b>								

## 2.2 Условия реализации программы

### Материально-техническое обеспечение

- спортивный зал;
- стадион;
- оборудованная спортивная площадка на открытом воздухе с искусственным покрытием;
- мячи для футбола, волейбола, баскетбола, набивные мячи, мячи для метания;
- гимнастические палки;
- спортивные гранаты;
- эстафетная палка;
- секундомер;
- гимнастическая скамейка;
- таблицы «Техника передвижений игрока»;
- таблицы «Техника основных элементов игры в волейбол»;
- видео тренировочных занятий, спортивных соревнований.

### Информационное обеспечение:

Телеграмм-канал ЦДОД Благовещенского МО: <https://t.me/dopobrblagraion>

Телеграмм-канал Гродековской СОШ:

Сайт МАОУ Гродековской СОШ: <https://grodekovo-sosh.amurschool.ru/>

Страница ВК МАОУ Гродековской СОШ:

Страница ВК ЦДОД Благовещенского МО:

**Кадровое обеспечение:** Лоскутова Любовь Викторовна – педагог дополнительного образования, учитель Физической культуры.

## 2.3 Форма аттестации

В течение учебного процесса педагог проводит поэтапную диагностику успешности усвоения программного материала:



**I этап** (стартовый) – проверка знаний и умений учащихся на начальном этапе освоения программы (входной контроль проводится на первом вводном занятии путем проведения собеседования, анкетирования или тестирования с последующим анализом результатов). Позволяет выявить уровень подготовленности и возможности обучающихся для занятия данным видом деятельности.

**II этап** (текущий) - проводится после прохождения каждой темы, чтобы выявить пробелы в усвоении материала и развитии обучающихся.

**III этап** (итоговый) – проводится в конце срока обучения по Программе и позволяет оценить уровень результативности усвоения Программы за год. Форма проведения: тестирование, сдача контрольных нормативов.

Для реализации программы используются различные виды тестирования физической подготовленности и физического развития, тестирование специальной физической подготовленности, зачеты по усвоению знаний теоретических основ физической культуры и спорта, навыков здорового образа жизни.

#### Виды контроля:

- тренировочные занятия;
- беседы, учебные игры;
- тестирование;
- эстафета;
- участие в соревнованиях, контрольных играх;
- выполнение контрольных нормативов по ОФП.

#### Формы отслеживания и фиксации результатов:

- журнал посещаемости;
- мониторинг определения результативности реализации программы:
  1. Опрос учащихся по пройденному материалу.
  2. Наблюдение за учащимися во время тренировочных игр и соревнований.
  3. Тестирование общефизической, специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки.
  4. Тестирование по теоретическому материалу.
  5. Контроль соблюдения техники безопасности.
  6. Привлечение обучающихся к судейству соревнований школьного уровня.

7. Контрольные игры с заданиями.
8. Выполнение отдельных упражнений с заданиями.
9. Контроль выполнения установок во время тренировок и соревнований.
10. Результаты соревнований.
11. Встреча с обучающимися во внеурочное время и наблюдение за их досугом.

Оценочный материал:

Общая физическая подготовка (ОФП) (определение двигательных способностей (нормативы), техническая подготовка:

**Система диагностики – тестирование физических и технических качеств:**

**ОФП (общая физическая подготовка):**

- прыжок в длину с места;
- высота прыжка;
- бег 30 м.;
- бег 60 м.;
- бег 100 м.;
- челночный бег 3x10 м.;

**Техническая подготовка:**

**передвижение (баскетбол, волейбол, футбол):**

- перемещение в защитной стойке с изменением направления (фиксируется общее время (с.));

**скоростное ведение (б/б, ф/б):**

- перевод выполняется с руки на руку;
- выполняется 2 дистанции (4 броска по кольцу);
- ведение с изменением направления движения ведущей и не ведущей ногой.

**передачи мяча (б/б):**

- передача одной рукой от плеча
- выполняется 2 дистанции (4 броска по кольцу);

**дистанционные броски (б/б):**

- выполняются 10 бросков с 5 указанных точек по 2 раза за 2 мин.;

**штрафные броски (б/б):**

- со штрафной линии 10 бросков;

**передача мяча (волейбол)**

- (сверху двумя руками, снизу двумя руками);
- подача мяча в заданную зону;

**удары мяча (ф/б):**

- со штрафной линии 10 ударов в цель (в ворота).

## **2.5 Методические материалы**

**Необходимыми документами для реализации программы является наличие**

1. план работы педагога.
2. план-сетка проводимых мероприятий в рамках кружка.
3. должностная инструкция педагога-предметника.
4. должностная инструкция педагога дополнительного образования.

При реализации программы активно используются развивающие, интерактивные, воспитательные методы и приемы обучения

**В процессе реализации программы педагог придерживается дидактических принципов в обучении подвижным играм:**

Методика обучения спортивным основывается на общих закономерностях процесса обучения. Ее эффективность тесно связана с реализацией дидактических принципов.

Перед играющими необходимо каждый раз ставить образовательные задачи, соответствующие трудностям предстоящей игры. В дальнейшем игры должны систематически усложняться, чтобы не потерять воспитательного значения.

Важное условие успешной игровой деятельности заключается в ясности понимания содержания и правил игры. Это достигается наглядностью объяснения. Краткий образный рассказ сюжета игры при необходимости дополняется показом отдельных приемов и действий играющих. Объяснив главное, руководитель начинает игру. Первая попытка позволит ему проверить как дети поняли игру. Если необходимо, то игру сразу же останавливают для дополнительных разъяснений. В других случаях игру останавливают для введения мелких правил и исправления ошибок играющих.

**Совершенствование двигательных навыков** осуществляется в ходе многократных повторений, в результате которых движения становятся более правильными, экономичными. Двигательный навык должен быть доведен до известной степени автоматизма, чтобы в процессе игры разгрузить сознание для решения тактических задач.

**Принцип сознательности и активности** предусматривает сознательное, активное отношение занимающихся к спортивным тренировкам и понимание изучаемого материала. Необходимо разъяснить занимающимся важность регулярных тренировок и ставить конкретные задачи перед каждым занятием. При выполнении технических приемов следует акцентировать внимание на анализе своих движений и движений партнеров. В тактических

упражнениях нужно создавать такие условия, при которых поставленную задачу можно решить несколькими путями.

**Принцип наглядности** тесно связан с принципом сознательности. Суть его состоит в том, что преподаватель, используя показ и различные наглядные пособия, создает ясное представление об изучаемом материале, помогает более отчетливо понять его.

**Принцип систематичности и последовательности** предполагает определенную систему обучения, установление логической связи между отдельными разделами и правильной последовательности прохождения материала. Реализуя этот принцип в процессе обучения, исходят из педагогических правил от простого к сложному, от главного к второстепенному. Любая спортивная игра трудна для начинающего, так как на его центральную нервную систему действует большое количество разнообразных раздражителей. Поэтому при изучении игры приходится прибегать к ее упрощению. Как только после объяснения и показа создано общее представление об изучаемой спортивной игре, переход к изучению ее отдельных сторон: технике игровых приемов индивидуальных тактических действий, коллективных действий в защите и нападении.

**Принцип доступности** требует подбора упражнений по сложности в соответствии с индивидуальными возрастными, половыми особенностями, также степенью подготовленности. Упражнения должны быть доступны и в то же время представлять определенную трудность для занимающихся.

**Принцип прочности** состоит в том, что изученный материал путем повторений доводится до прочного навыка. Поскольку в спортивных играх навыки отличаются большой подвижностью, не следует длительное время повторять один и тот же материал в одинаковых условиях, так как это отрицательно скажется на творчестве в игре. Кроме дидактических принципов спортивной тренировки необходимо соблюдать и некоторые специфические принципы: всесторонности, разнообразия, непрерывности, цикличности и максимальных нагрузок.

## 2.6 Модуль для дистанционного обучения

№	Тема занятия	Ссылка
1	Физическая культура и спорт в России	<a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2013/11/30/podvizhnye-igry-na-urokakh-fizkultury">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2013/11/30/podvizhnye-igry-na-urokakh-fizkultury</a>
2	Физическая культура и спорт в России	<a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2013/11/30/podvizhnye-igry-na-urokakh-fizkultury">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2013/11/30/podvizhnye-igry-na-urokakh-fizkultury</a>
3	Сведения о строении и функциях организма человека	<a href="https://infourok.ru/sbornik-podvizhnyh-igr-na-urokah-fizicheskoy-kulturi-dlya-uchaschihsya-klassov-3760790.html">https://infourok.ru/sbornik-podvizhnyh-igr-na-urokah-fizicheskoy-kulturi-dlya-uchaschihsya-klassov-3760790.html</a>
4	Сведения о строении и функциях организма человека	<a href="https://infourok.ru/sbornik-podvizhnyh-igr-na-urokah-fizicheskoy-kulturi-dlya-uchaschihsya-klassov-3760790.html">https://infourok.ru/sbornik-podvizhnyh-igr-na-urokah-fizicheskoy-kulturi-dlya-uchaschihsya-klassov-3760790.html</a>
5	Влияние физических упражнений на организм занимающихся	<a href="https://www.art-talant.org/publikacii/42929-sbornik-podvighnyh-igr-dlya-uchaschihsya-srednih-klassov">https://www.art-talant.org/publikacii/42929-sbornik-podvighnyh-igr-dlya-uchaschihsya-srednih-klassov</a>
6	Влияние физических упражнений на организм занимающихся	<a href="https://www.art-talant.org/publikacii/42929-sbornik-podvighnyh-igr-dlya-uchaschihsya-srednih-klassov">https://www.art-talant.org/publikacii/42929-sbornik-podvighnyh-igr-dlya-uchaschihsya-srednih-klassov</a>
7	Влияние физических упражнений на организм занимающихся	<a href="https://www.art-talant.org/publikacii/42929-sbornik-podvighnyh-igr-dlya-uchaschihsya-srednih-klassov">https://www.art-talant.org/publikacii/42929-sbornik-podvighnyh-igr-dlya-uchaschihsya-srednih-klassov</a>
8	Гигиена, контроль спортсмена, врачебный самоконтроль	<a href="http://www.gomelcouts.com/athletic-games.html">http://www.gomelcouts.com/athletic-games.html</a>
9	Гигиена, контроль спортсмена, врачебный самоконтроль	<a href="http://www.gomelcouts.com/athletic-games.html">http://www.gomelcouts.com/athletic-games.html</a>
10	Гигиена, контроль спортсмена, врачебный самоконтроль	<a href="http://www.gomelcouts.com/athletic-games.html">http://www.gomelcouts.com/athletic-games.html</a>
11	Основы методики обучения и тренировок по спортивным играм	<a href="https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/">https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/</a>
12	Основы методики обучения и тренировок по спортивным играм	<a href="https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/">https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/</a>
13	Основы методики обучения и тренировок по спортивным играм	<a href="https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/">https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/</a>
14	Инструкторская и судейская практики	<a href="https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/">https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/</a>
15	Инструкторская и судейская практики	<a href="https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/">https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/</a>
16	Инструкторская и судейская практики	<a href="https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/">https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/</a>

## Список литературы

### Для педагога:

1. Айропетянц Л.Р., Гадик М.А. Спортивные игры. — Ташкент. 2005.
2. Баскетбол: Учебник для вузов физической культуры. Под.ред. Ю.М. Портнова. — М., Физкультура и Спорт, 2004. — С. 26.
3. Видякин М.В. «Внеклассные мероприятия по физкультуре в средней школе» Волгоград. Учитель, 2004г.
4. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастера. 1000 баскетбольных упражнений. — М., А Генетю "ФАИР"/ 1997. — С. 38.
5. Джамгаров Т.Т., Румянцева В.И. Лидерство в спорте. — М., Физкультура и спорт. 2003.
6. Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 2008г.
7. Зельдович Т., Кершинас С. Подготовка юных баскетболистов. — М., Физкультура и спорт, 2004.
8. Лексаков; подред Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. — 2-е изд., - М.: Издательский центр «Академия», 2004. — 520с.
9. «Подвижные игры» Методическое пособие. Москва 1982г.
10. «Поурочные разработки по физкультуре. 1-4 классы. Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. 2 издание исп. М.: ВЫАКО, 2005г.
11. «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2005 г.
12. Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008г.
13. Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2006г.
14. Спортивные игры. Техника, тактика, методика.: Учеб для студвысшпед учеб заведений/ Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В.
15. «120 уроков по волейболу» М. 1974г.

### Для детей

1. Баскетбол. Броски по кольцу: Мастера советуют. Физкультура в школе №7. 2002.
2. Бойко Е. А., «Лучшие подвижные и логические игры для детей от 5 до 10 лет», 2013г.
3. Бондарь А.И. Учись играть в баскетбол — Минск, Полынья. 2006.

4. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А., «Физические упражнения и подвижные игры», 2013г. «Волейбол на лужайке в парке на траве» Москва 1982г.
5. Патрикеев А.Ю., «Подвижные игры в спортзале», 2015 г.
6. Правдин В.А. и др. Волейбол – игра для всех – М.: Физкультура и спорт, 1966
7. Шарова Ю.Н., Василькова Т.Я., Зуева Е.А.«Новгородские традиционные игры» Великий Новгород, Центр творческого развития и гуманитарного образования «Визит», 1999г.
8. «От игры к спорту» Москва 1985г.

**Для родителей:**

1. Баскетбол. Броски по кольцу: Мастера советуют. Физкультура в школе №7. 2002.
2. Бойко Е. А., «Лучшие подвижные и логические игры для детей от 5 до 10 лет», 2013г.
3. Бондарь А.И. Учись играть в баскетбол — Минск, Полынья. 2006.
4. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А., «Физические упражнения и подвижные игры», 2013г. «Волейбол на лужайке в парке на траве» Москва 1982г.
5. Патрикеев А.Ю., «Подвижные игры в спортзале», 2015 г.
6. Правдин В.А. и др. Волейбол – игра для всех – М.: Физкультура и спорт, 1966
7. Шарова Ю.Н., Василькова Т.Я., Зуева Е.А.«Новгородские традиционные игры» Великий Новгород, Центр творческого развития и гуманитарного образования «Визит», 1999г.
8. «От игры к спорту» Москва 1985г.