

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 9

Обсуждена  
Педагогическим советом  
МАОУ СОШ № 9  
Протокол № 13  
от «04» июня 2022 г

Утверждаю  
Директор МАОУ СОШ № 9  
Соколова Е.Г.  
Приказ № 76  
М.П. от «04» июня 2022 г



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ  
НАПРАВЛЕННОСТИ**

**«Игровые виды спорта»**

**Срок реализации программы: 1 год (204 ч.)**

**Возрастная категория: от 7 до 16 лет**

Нижний Тагил

2022

## Оглавление:

1	Целевой раздел	3
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Планируемые результаты освоения Программы	7
1.3	Оценка достижения планируемых результатов освоения Программы	8
2	Содержательный раздел	9
2.1	Содержание учебного курса с тематическим планированием	9
3.	Организационный раздел	19
3.1	Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Игровые виды спорта»	19
3.2	Календарный учебный график	20
3.3	Условия реализации Программы	21
	Общие положения	21
	Методические материалы	21
	Кадровые условия реализации программы	22
	Материально-технические условия реализации Программы	23

# **1.Целевой раздел.**

## **1.1 Пояснительная записка.**

**Направленность программы – физкультурно-спортивная**

### **Актуальность программы**

Занятия спортивными играми способствуют улучшению физического развития, повышению физической работоспособности и функциональных возможностей основных жизнеобеспечивающих систем организма: дыхания, кровообращения, энергообмена.

Увеличивается жизненная ёмкость легких, сеть капиллярных сосудов, мощность и энергоемкость мышц, утолщается сердечная мышца, улучшаются её сократительные свойства, повышаются возможности совершать работу при относительно недостаточном поступлении кислорода к действующим мышцам, возрастает скорость восстановления энергии после интенсивной мышечной работы.

### **Игра в жизни ребёнка.**

Игры предшествуют трудовой деятельности ребёнка. Он начинает играть до того, как научиться выполнять хотя бы простейшие трудовые процессы.

Таким образом, игровая деятельность не является врождённой способностью. с свойственной младенцу с первых дней его существования. Предпосылками игровой деятельности в онтогенезе служат рефлексы. Двигательная игровая деятельность возникает в жизни ребёнка условно - рефлекторным путём, при тесной взаимосвязи первой и второй сигнальных систем. Она формируется и развивается в результате общения ребёнка с внешним миром. При этом большое значение имеет воспитание как организованный педагогический процесс.

### **Оздоровительное значение игр.**

Правильно организованная игра должна оказывать благотворное влияние на здоровье обучающихся, закаливание организма, развитие быстроты, гибкости, ловкости.

**При проведении занятий можно выделить два направления:**

Воспитывающее: воспитание волевых, смелых, дисциплинарных, обладающим высоким уровнем социальной активности и ответственности учащихся.

Развивающие: способствовать развитию специальных физических качеств быстроты, выносливости, скоростно- силовых качествах.

Данная программа разработана для реализации в начальной и основной школе. Темы и разделы выбраны с учетом имеющейся материальной базы и местных климатических условий. Она предусматривает проведение теоретических занятий по каждому разделу, изучение и дальнейшее совершенствование специальных движений на практических занятиях, участие во внутришкольных и районных соревнованиях.

Работа объединения предусматривает: содействие гармоничному физическому развитию, всесторонней физической подготовке и укреплению здоровья учащихся; привитие потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Для учащихся посещающих объединение первый год ставятся частные задачи: укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности; укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие быстроты, гибкости, ловкости; обучение технике стоек и перемещений, привитие стойкого интереса к занятиям физической культурой, закаливание организма.

Программа разработана в соответствии с нормативными документами, регламентирующими деятельность в сфере дополнительного образования:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. От 25.12.2018) "Об образовании в РФ";
- Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 N 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»/ Проект Концепции 2030;
- Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 N 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 26.12.2017 № 164 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования»;
- Указ Президента РФ от 07.05.2018 №204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;
- Национальные проекты (2019-2024гг.);
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (ред. от 30.09.2020);
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных

общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242);

- Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-педагогической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей (Приложение к письму Минобрнауки России от 29 марта 2016г. № ВК-641/09)

#### **Режим занятий**

Продолжительность одного занятия 2 часа. Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа.

**Форма обучения:** очная

#### **Объём программы**

Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы -204 часа.

#### **Срок освоения программы**

Общий срок освоения программы составляет - 1 год.

### **ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ**

**Цель программы:** формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся, физического развития через освоение основ спортивной техники игровых видов спорта.

### **ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

#### **Обучающие:**

- обучение технике и тактике спортивных игр;
- формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям спортивными играми;
- формирование у учащихся необходимых теоретических знаний;
- формирование жизненно важных умений и навыков
- формировать игровое мышление в процессе школьников в практических упражнениях игрового характера, подвижных и спортивных играх;
- познакомить с историей появления спортивных игр.

#### **Воспитательные:**

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию учащихся;
- популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;

- воспитание моральных и волевых качеств.
- воспитание у учащихся высоких нравственных, трудолюбия, активности;
- подготовка физически крепких, ловких, здоровых, сильных и способных преодолевать любые трудности в жизни;

**Развивающие:**

- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- развитие двигательных качеств в спортивных играх- координации, ловкости, выносливости;
- расширить знания, умения и навыки, направленные на овладение основами техники различных игровых видов;
- развивать физические качества учащихся.

## **1.2 Планируемые результаты освоения Программы**

### **Предметные результаты**

- сформированы первоначальные представления о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- сформировано владение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- сформированы навыки систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

### **Личностные результаты:**

- сформировано уважительное отношение к культуре других народов;
- развиты мотивы учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развиты этические чувства, эмоционально-нравственная отзывчивость, понимание и сопереживание чувствам других людей;
- развиты навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развиты самостоятельность и личная ответственность за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- сформированы установки на безопасный, здоровый образ жизни.

### **Метапредметные результаты:**

- сформированы умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- сформированы навыки определения общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- развита готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;

- владеет начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- владеет базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

### **1.3 Оценка достижения планируемых результатов освоения Программы.**

Реализация программы предполагает безотметочную форму контроля. Текущий контроль осуществляется посредством наблюдения за деятельностью ребенка в процессе занятий. Итоговый контроль осуществляется при проведении соревнований.

Для оценки освоения дополнительной общеразвивающей программы «Игровые виды спорта» используются:

- оценочный лист;
- анкета;
- портфолио обучающихся.

Формой определения результативности образовательного процесса являются - соревнования.



## **2. Содержательный раздел.**

### **2.1 Содержание учебного курса с тематическим планированием.**

**1. Культурно-исторические основы.** История зарождения спортивных игр.

**2. Знания о физической подготовке.** Общие представления о физических упражнениях и их отличии от бытовых движений и действий, правила выполнения общеразвивающих физических упражнений. Правила и приемы организующих команд.

Общие представления о физическом развитии человека, правила измерения роста и массы тела.

Общие представления о физической подготовке человека и сведения об упражнениях по ее измерению (Правила измерения силы, быстроты, гибкости и координации). Физическая нагрузка и ее связь с тренировкой систем дыхания и кровообращения (общие представления).

Правила самостоятельного освоения физических упражнений.

Правила организации и проведения подвижных, спортивных игр и простейших соревнований.

**3. Способы деятельности с общеразвивающей направленностью.**

Составление комплексов упражнений на развитие основных физических качеств и самостоятельное их выполнение.

Изменение физической нагрузки во время выполнения физических упражнений (по скорости и темпу выполнения, по количеству повторений и продолжительности выполнения).

Наблюдение за индивидуальным физическим развитием и физической подготовленностью, измерение показателей физической подготовки.

**4. Способы самоконтроля.** Приемы определения самочувствия.

**Жизненно-важные двигательные навыки и умения.**

Ходьба, бег, прыжки разными способами и из разных исходных положений; с различной амплитудой, траекторией и направлением движений; на ровной, наклонной и возвышенной опоре. Преодоление малых препятствий прыжком с места, разбега, опорой на руки, запрыгиванием и спрыгиванием, перелезанием, переползанием и проползанием.

**1. Бадминтон:** Хват бадминтонной ракетки. Способы перемещения. Перемещения в различных стойках и направлениях. Жонглирование открытой и закрытой стороной ракетки. Выполнение подачи различной траектории открытой и закрытой стороной ракетки. Выполнение ударов (коротких, далёких, плоских).

–Обучение высоко-далекой подаче.

- Обучение высоко-далекому удару, справа –прием.
- Обучение укороченному удару, справа –прием.
- Обучение короткому удару –подставке на сетке.
- Обучение плоскому удару справа –сбоку.
- Обучение плоскому удару слева –сбоку

**2. Гандбол:** Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие. Силовые упражнения: упражнения с отягощением для рук и для ног. Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза. Упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Упражнения на гимнастических снарядах. Акробатические упражнения: перекуты, кувырки, стойки. Спортивные игры: баскетбол, футбол Подвижные игры и эстафеты. Характеристика гандбола как средство физического воспитания молодежи. История возникновения гандбола. Развитие гандбола в России и за рубежом. Крупнейшие соревнования по гандболу в России и международные.

**3. Настольный теннис:** *Техники передвижения.* Бесплажный способ передвижения (без переноса ОЦТ; с незначительным переносом ОЦТ; с полным переносом ОЦТ). Шаги(одношажный, приставной, скрестный).Прыжки(с двух ног, с двух ног на одну, с одной ноги на другую). Рывки ( с правой ноги, с левой ноги, с поворотом туловища, с наклоном туловища).

*Техники подачи.* Подброс мяча. Траектория и направление полета мяча. Точки пересечения плоскостей вращения мяча. Прием подач. Формы распознавания подач соперника.

*Игра в нападении.* Накат слева, справа.

**4. Русская лапта:** Ходьба обычная, круговые движения прямыми и согнутыми руками, рывковые движения, сжимание пальцев в кулак (2 мин). В различных исходных положениях (на месте и в движении) движения плечами вверх-вниз, вперед-назад, круговые движения плечами (2 мин). Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах и круговые движения кистями. Сжимание и разжимание пальцев рук в положении руки вперед, в стороны, вверх в сочетании с различными перемещениями: ходьба, бег, скрестные шаги (2 мин). Быстрое передвижение на согнутых ногах, в приседе, прыжки в приседе с продвижением вперед (2 мин). Бег вдоль границ площадки. По сигналу последний в колонне спортсмен делает ускорение и, обогнав колонну, бежит впереди. Затем обгон начинает следующий и т. д. (2

мин). Стоя на одной ноге, другая впереди, сгибание и разгибание стопы, круговые движения стопой наружу и внутрь. То же с одновременным сжиманием и разжиманием пальцев рук и круговыми движениями рук (2 мин). В положении стойки на лопатках разнонаправленные движения прямыми ногами вперед, назад; одновременное и поочередное сгибание ног (2 мин). Подскоки на двух ногах: ноги вместе, врозь, правая впереди, левая впереди и т. д. (2 мин).

*Развитие скоростных качеств.*

1. По зрительному сигналу бег 10-15 м из различных исходных положений: стоя, сидя - лицом и спиной к стартовой линии, лежа - головой и ногами к стартовой линии (8 мин).
2. Бег с максимальной скоростью, обегая стойки, набивные мячи и т. п. (4 мин).
3. Челночный бег 20-30 м, отрезки 5-10 м, 3-4 серии (8 мин).
4. То же с двумя набивными мячами (2 кг) в руках, 2 серии (4 мин).

## **5. Пионербол:**

Перемещение приставным шагом:

*Теория:* Виды перемещения по площадке. Подробный разбор перемещения по площадке приставным шагом.

*Практика:* Отработка перемещения по площадке. Проработка переходов. Отработка перемещения приставным шагом по площадке. Игра «Гонка мячей».

Перемещение вперед, назад, правым боком, левым боком:

*Теория:* Подробный разбор перемещения по площадке разными способами. Рассмотрение перемещение по площадке вперед, назад, правым и левым боком.

*Практика:* Закрепление стойки игрока на месте и в движении. Отработка перемещения вперед, назад, правым боком, левым. Силовые упражнения для рук. Игра по упрощённым правилам.

Чередование способов перемещения боком, лицом, спиной вперед:

*Теория:* Техника чередования способов перемещения на площадке. Пошаговый разбор способов передвижения по площадке: боком, лицом, спиной вперед.

*Практика:* Чередование способов перемещения, боком, лицом, спиной вперед. Закрепление способов перемещения. Одиночный и двойной блок. Учебная игра по упрощенным правилам.

Обучение командным тактическим действиям:

*Теория:* Теоретические аспекты командной тактики. Рассмотрение командных тактических действий. Обзор часто допускаемых ошибок во время игры.

*Практика:* Обучение командным тактическим действиям. Упражнения на координацию. Учебная игра.

Групповые тактические действия:

*Теория:* Изучение групповых тактических действий. Особенности групповых тактических действий. Их специфика при использовании игроками в пионербол.

*Практика:* Групповые тактические действия. Страховка игрока, слабопринимającego подачу. Учебная игра

Тактические действия при выполнении подач и передач

*Теория:* Теоретические аспекты действий игроков при выполнении подач во время игры. Изучение действий при выполнении передач игроками во время соревнований.

*Практика:* Закрепление тактических действий при выполнении подач и передач.

**6. Городки:** Перестроение в 3 шеренги. Напомнить правила поведения на площадке.

А) Первые номера – берут биты.

Б) вторые номера - устанавливают вертикальные городки в «городе».

В) третьи номера – после броска первых номеров, подбирают по свистку учителя биты.

Номера меняются по кругу (1-ые номера идут устанавливать городки, 2-ые подбирают биты, 3-и номера идут бросать биты и т.д.)

1.Хват. Биту держат двумя способами: ладонью вниз (большой палец вытянут вперед по направлению кисти) или ладонью вверх (три пальца прижаты к подушке кисти большим пальцем).



2.Исходное положение (стойка)



### 3.Замах

Замах — выведение центра тяжести биты на исходную позицию для начала разгона, группировки игрока.



### 4.Разгон

Разгон — поступательное и вращательное движение своеобразной системы «городошник — бита».

### 5.Выброс биты



Выброс биты — хлесткое движение и кисти, и руки от плеча, чтобы обеспечить бите ускорение и скорректировать плоскость ее вращения.

Выброс биты — это последняя, и самая ответственная фаза броска. Выброс начинается в момент, когда начинают торможение плечевые суставы.

Отработка стадий броска с 3-х метров

Отработка бросков биты с 4-х метров

Отработка бросков биты с 6,5 метров.

**Заключительная часть:**

- 1.Собрать инвентарь: биты и городки.
2. Построение детей
- 3.Подведение итогов урока
- 4.Организованный выход с городошной площадки.

**7. Волейбол:** специальные движения – подбрасывание мяча на нужную высоту и расстояние от туловища; передача сверху двумя руками вперед-вверх, прием мяча снизу двумя руками; передача двумя руками сверху, нижняя прямая подача, перемещения и стойки; передача мяча двумя руками, передача на точность, встречная передача; действия без мяча и с мячом; подачи мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху; приемы мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками; техника защиты; групповые и командные действия игроков; приём подач; контрольные игры и соревнования.

**8. Футбол:** остановка катящегося мяча; ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками и обводка стоек; остановка катящегося мяча внутренней частью стопы, удар ногой, с разбега, по неподвижному и котящемуся мячу в горизонтальную (полоса шириной 1,5 м на расстояние до 7-8 м) и вертикальную (полоса шириной 2 м на расстояние 7-8 м) мишень; ведение мяча между предметами и обводка предметов. техника передвижений; удары по мячу головой, ногой; остановка и ведение мяча; обманные движения; отбор мяча; вбрасывание мяча из-за боковой линии; техника игры вратаря; тактика нападения и защиты; индивидуальные действия с мячом; техника игры вратаря; групповые действия; командные игры.

#### Тематическое планирование.

№	Месяц	Темы разделов и занятий	Часы
<b>Бадминтон</b>			
1	Сентябрь	Техника безопасности. История возникновения игры.	2
2	Сентябрь	Основы техники и тактики игры.	2
3	Сентябрь	Правильная хватка ракетки, способы игры	2
4	Сентябрь	Техника перемещений.	2
5	Сентябрь	Тренировка упражнений с воланом и ракеткой.	2
6	Сентябрь	Изучение подач.	2

7	Сентябрь	Подача открытой и закрытой стороной ракетки	2
8	Сентябрь	Тренировка ударов справа и слева.	2
9	Сентябрь	Далёкий удар с замаха сверху.	2
10	Сентябрь	Сочетание ударов.	2
11	Сентябрь	Плоская подача. Короткие удары.	2
12	Сентябрь	Игра по упрощённым правилам.	2
13	Октябрь	Свободная игра.	2
14	Октябрь	Игра на счет.	2
15	Октябрь	Соревнования.	2
16	Октябрь	Контрольные упражнения	2
<b>Гандбол</b>			
17	Октябрь	Техника безопасности. История возникновения игры.	2
18	Октябрь	Ручной мяч. Основные правила игры.	2
19	Октябрь	Спортивная одежда и обувь. Техника игры в нападении	2
20	Октябрь	Техника игры в защите.	2
21	Октябрь	Стойки и перемещения, остановки.	2
22	Октябрь	Ловля и передача мяча двумя руками на месте .	2
23	Октябрь	Ловля и передача мяча двумя руками в движении.	2
24	Октябрь	Ведение мяча и бросок.	2
25	Ноябрь	Блокирование броска.	2
26	Ноябрь	Отбор мяча.	2
27	Ноябрь	Отбор и выбивание мяча.	2
28	Ноябрь	Игра вратаря. Учебная игра.	2
29	Ноябрь	Учебная игра	2
<b>Настольный теннис</b>			
30	Ноябрь	Техника безопасности.	2

		История возникновения игры.	
31	Ноябрь	Правила игры.	2
32	Ноябрь	Правильная хватка ракетки, способы игры.	2
33	Ноябрь	Техника перемещений.	2
34	Ноябрь	Основы техники и тактики игры.	2
35	Ноябрь	Тренировка упражнений с мячом и ракеткой.	2
36	Ноябрь	Изучение подач.	2
37	Декабрь	Техника ударов «накат» справа и слева.	2
38	Декабрь	Игра по упрощённым правилам	2
39	Декабрь	Учебная игра	2
<b>Русская лапта</b>			
40	Декабрь	Техника безопасности. История возникновения игры.	2
41	Декабрь	Правила игры. ОФП.	2
42	Декабрь	Ловля мяча с лета. О.Ф.П.	2
43	Декабрь	Игра в поле(перебежки). – СФП.	2
44	Декабрь	Осаливание. СФП.	2
45	Декабрь	Самоосаливание. Переосаливание. СФП.	2
46	Декабрь	Возвращение мяча в дом.	2
47	Декабрь	Игра на городе (перебежки)	2
48	Декабрь	Удары по мячу (прямой).	2
49	Январь	Удары по мячу (боковой).	2
50	Январь	Действия игроков при возвращении мяча в дом.	2
51	Январь	Игра по упрощённым правилам	2
52	Январь	Учебная игра	2
<b>Пионербол</b>			
53	Январь	Техника безопасности. История возникновения игры.	2
54	Январь	Правила игры.	2
55	Январь	Перемещения и стойки игроков.	2



56	Январь	Передача мяча двумя руками.	2
57	Январь	Передача на точность. Встречная передача.	2
58	Февраль	Подача мяча: нижняя боковая	2
59	Февраль	Прием мяча:	2
60	Февраль	Командные действия. Прием подач.	2
61	Февраль	Учебная игра	2
<b>Городки</b>			
62	Февраль	Техника безопасности. История возникновения игры.	2
63	Февраль	Правила игры.	2
64	Февраль	Стойки игроков.	2
65	Февраль	Метание биты	2
66	Февраль	Виды фигур	2
67	Февраль	Учебная игра	2
<b>Волейбол</b>			
68	Февраль	Техника безопасности. История возникновения игры.	2
69	Февраль	Техника игры в нападении (стойки, передвижения, ис. положения).	2
70	Март	Техника игры в нападении (Передачи: двумя руками в опоре, в прыжке).	2
71	Март	Передачи: одной рукой в прыжке.	2
72	Март	Передачи: двумя руками(нижняя) в падении назад перекатом на спину.	2
73	Март	Передача назад.	2
74	Март	Прием мяча снизу одной рукой.	2
75	Март	Техника игры в нападении (подачи: нижняя прямая)	2
76	Март	Подачи: верхняя прямая.	2
77	Март	Подачи: верхняя и нижняя боковая.	2
78	Март	Прямой атакующий удар.	2
79	Апрель	Атакующий удар и блокирование.	2
80	Апрель	Боковой нападающий удар.	2
81	Апрель	Техника игры в защите (прием подачи мяча).	2
82	Апрель	Блокирование.	2
83	Апрель	Групповые тактические действия.	2
84	Апрель	Индивидуальные тактические действия.	2

85	Апрель	Командные действия (приема нападающего удара или отскочившего мяча от блока)	2
86	Апрель	Групповые тактические действия (при приеме подач и атакующих ударов, блокировании соперника).	2
87	Апрель	Групповые действия (страховка своего атакующего игрока)	2
88	Апрель	Учебная игра	2
<b>Футбол</b>			
89	Апрель	Техника безопасности. История возникновения игры.	2
90	Апрель	Техника передвижения.	2
91	Май	Удары по мячу головой, ногой	2
92	Май	Остановка мяча. Ведение мяча.	2
93	Май	Обманные движения.	2
94	Май	Техника игры вратаря	2
95	Май	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	2
96	Май	Тактика игры в футбол. Тактика нападения.	2
97	Май	Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	2
98	Май	Тактика защиты.	2
99	Май	Индивидуальные действия. вратаря.	2
100	Май	Групповые действия.	2
101	Май	Тактика игры вратаря	2
102	Май	Учебная игра 5на5 Учебная игра 7на7	2

### 3. Организационный раздел.

#### 3.1 Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Игровые виды спорта»

Учебный план на 2022-2023 учебный год (далее учебный план), является основным организационным механизмом реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Аналитическим обоснованием учебного плана являются:

-- анализ запроса обучающихся и их родителей (законных представителей) по выбору дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ;

-- анализ материально-технической базы, учебно-методической литературы, обеспеченности кадрами.

Учебный план составлен с целью дальнейшего совершенствования образовательного процесса, повышения результативности обучения детей, обеспечения вариативности образовательного процесса, сохранения единого образовательного пространства.

Организация образовательного процесса регламентируется календарным учебным графиком школы, утвержденного приказом руководителя МАОУ СОШ № 9. В соответствии с календарным графиком на 2022-2023 учебный год деятельность по реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Игровые виды спорта» имеет следующие особенности:

-- деятельность осуществляется в режиме 6-ти учебных часов в неделю;

-- продолжительность периода реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы составляет 34 учебных недели, разделенных на четыре четверти.

#### Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Игровые виды спорта».

Курс	Количество часов				
	Количество часов в неделю	Количество часов в I четверти	Количество часов во II четверти	Количество часов в III четверти	Количество часов в IV четверти
Игровые виды спорта	6	48	48	60	48
Итого занятий за год	204				

### 3.2 Календарный учебный график.

Дата начала учебного года: 01 сентября 2022 года. Дата окончания учебного года: 31 августа 2023 года. Наименование промежутков учебного года: четверть. Количество промежутков учебного года – четыре.

В соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (утверждены Постановлением Главного санитарного врача Российской Федерации 28 сентября 2020 года N 28)

Учебные периоды	Сроки	Продолжительность	Количество учебных дней
1 четверть	с 01.09.2021 по 30.10.2021	8 недель 4 дня (60 календарных дня)	51 учебный день
2 четверть	с 07.11.2022 по 28.12.2022	7 недель 3 дня (52 календарных дня)	45 учебных дней
3 четверть	с 09.01.2023 по 19.03.2023	10 недель (70 календарных дней)	57 учебных дней
4 четверть	с 27.03.2023 по 28.05.2023	9 недель (63 календарных дня)	51 учебный день
итого		35 недель (245 календарных дней)	204 учебных дня

Каникулы	Сроки	Продолжительность
осенние	с 31.10.2022 по 06.11.2022	7 календарных дней
зимние	с 29.12.2022 по 08.01.2023	11 календарных дней
весенние	с 20.03.2023 по 26.03.2023	7 календарных дней
летние	с 29.05.2023 по 31.08.2023	95 календарных дней

### **3.3 Условия реализации Программы**

#### **Общие положения**

Программа одного года обучения направлена на обучение детей определенным практическим навыкам в области игровых видов спорта.

Педагог общается с детьми на принципах сотрудничества, содружества, общего интереса к делу, четко реагирует на восприятие обучающихся, поддерживая атмосферу интереса, побуждает их к ведению здорового образа жизни, посредством освоения игровых видов спорта.

#### **Методические материалы.**

##### ***1. Методические рекомендации по структуре занятий:***

Вводная часть: различные виды ходьбы и бега, подскоков, прыжков, корректирующие упражнения.

Основная часть: ОРУ, упражнения с мячом, элементы спортивных игр, эстафеты с мячом.

Заключительная часть: игра, ходьба, релаксация. (Занятия проводятся в спортивном зале, в теплое время года на спортивной площадке).

##### ***2. Методические рекомендации обучения игре:***

Методы, применяемые в процессе обучения игре, удобнее рассматривать применительно к каждому этапу обучения.

*Первый этап* — ознакомление с разучиваемым приемом. Здесь используют рассказ, показ и объяснение. Личный показ учитель дополняет демонстрацией наглядных пособий: видеозаписей, схем, макетов площадки и т. д. Показ необходимо чередовать с объяснениями. Пробные попытки учащихся формируют первые двигательные ощущения.

*Второй этап* — изучение приема в упрощенных условиях. Успех обучения на данном этапе во многом зависит от правильного подбора подводящих упражнений: по своей структуре они должны быть близки к техническому приему или тактическому действию и посильны для учащихся.

При разучивании простых приемов и действий их выполняют в целом. При разучивании сложных по структуре приемов и действий (атакующий удар) их разделяют на составные части, выделяя основное звено. По возможности, надо быстрее подвести учащихся к выполнению приема в целом. На этой стадии обучения используются методы управления (команды, распоряжение, зрительные и слуховые сигналы, зрительные ориентиры, технические средства и т.д.), двигательной наглядности (непосредственная помощь учителя, применение вспомогательного оборудования), информации (сила удара по мячу, точность попадания, световая или звуковая индикация).

*Третий этап* — изучение приема или действия в усложненных условиях. Здесь применяются: повторный метод, метод усложнений условий выполняемого приема (действия), игровой и соревновательный методы, сопряженный метод, круговая тренировка.

Повторный метод на этом этапе является основным. Только многократное повторение обеспечивает становление и закрепление умений и навыков. С целью формирования гибкого навыка повторность предполагает изменение условий (постепенное усложнение) выполнения приема (действия), включая выполнение его на фоне утомления. Сопряженный и игровой методы позволяют одновременно решать задачи по совершенствованию техники и развитию специальных физических качеств, а также технико-тактической подготовки и комплексной, игровой.

*Четвертый этап* - предполагает закрепление приема (действия) в игре. Здесь используется метод анализа выполнения движений (графические, условно-кодированные, магнитофонные, видео), специальные задания в игре по технико-тактической подготовке, игровой и соревновательный методы. Изучение каждого приема предполагает обязательное закрепление его в условиях подготовительных и учебных игр. Высшим уровнем закрепления навыка является соревнование. От простых заданий по технике и тактике отдельным игрокам до сложных установок в плане взаимодействия в группах и в составе команды — таков путь в формировании технико-тактического мастерства.

На занятиях в объединении используются следующие технологии: личностно-ориентированные технологии, информационно-коммуникационные технологии, технологии дистанционного образования, игровые технологии.

### **Кадровые условия реализации Программы**

Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими профессиональное педагогическое образование, систематически повышающие уровень профессиональной компетентности. Все педагогические работники, обеспечивающие образовательный процесс по образовательной программе, имеют первую или высшую квалификационные категории.

По стажу работы коллектив представляет собой оптимальное сочетание опытных и начинающих педагогов. Такое сочетание является хорошей основой для создания и передачи коллективных традиций.

Основой для разработки должностных инструкций, содержащих конкретный перечень должностных обязанностей работников, с учетом особенностей организации труда и управления, а также прав, ответственности и компетентности работников образовательного учреждения служат квалификационные характеристики, представленные в Едином квалификационном справочнике должностей руководителей, специалистов и служащих (раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования»).

К реализации Программы не допускаются лица: лишенные права заниматься педагогической деятельностью в соответствии с вступившим в законную силу приговором суда; имеющие или имевшие судимость за преступления, состав и виды которых установлены законодательством Российской Федерации; признанные недееспособными в установленном федеральным законом порядке; имеющие заболевания, предусмотренные установленным перечнем.

### **Материально-технические условия реализации Программы.**

- спортивный комплекс (канат, шведская лестница, перекладина);
- мат гимнастический;
- мяч волейбольный;
- мяч баскетбольный;
- мяч футбольный;
- палки гимнастические;
- обручи;
- кегли;
- скакалки;
- мячи набивные;
- стол теннисный;
- сетка волейбольная;
- бадминтон;
- теннисные шарики и ракетки;
- скакалки, теннисные мячи;
- гимнастические маты;
- скамейки;
- секундомер;
- стадион для занятий легкой атлетикой;
- футбольное поле;
- спортивный зал.