

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА» г. ПЕЧОРА**

РЕКОМЕНДОВАНО
методическим советом
Протокол № 5
от «27» мая 2021 г.

УТВЕРЖДЕНО
педагогическим советом
Протокол № 4
«28» мая 2021 г.
Директор МАУ ДО «ДДТ»

**Дополнительная общеобразовательная - дополнительная
общеразвивающая программа
физкультурно - спортивной направленности
«Веселый мяч»**

Срок реализации: 3 года.
Возраст учащихся: 8-11 лет.

Составитель: Пантелеева Мария Леонидовна,
педагог дополнительного образования.

г. Печора
2021г.

Раздел № 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»

Пояснительная записка.

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Нормативно-правовые документы, на основании которых разработана дополнительная общеобразовательная – дополнительная общеразвивающая программа:

- Федерального Закона от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Санитарные правила 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ № 28 от 28.09.2020 г.;
- приказ Министерства просвещения России от 09 ноября 2018 г. № 196 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- приказ Министерства образования, науки и молодёжной политики Республики Коми «Об утверждении правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Республике Коми» от 01.06.2018 года № 214-п;
- Приложение к письму Министерства образования, науки и молодёжной политики Республики Коми от 19 сентября 2019 г. № 07-13/631 «Рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных - дополнительных общеразвивающих программ в Республике Коми»;
- Устав Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Дом детского творчества» г. Печора.

Актуальность. Изменилась действительность, окружающая детей. На смену увлекательным коллективным играм пришли компьютерные. Приоритетным становится интеллектуальное, эстетическое развитие ребенка. Не отрицая их значимости, надо признать, что ребенку все меньше времени остается для подвижных игр, прогулок, общения со сверстниками.

Нарушение баланса между игрой и другими видами детской деятельности, между разными видами игр (подвижными и спокойными, индивидуальными и совместными) негативно сказывается как на состоянии здоровья, так и на уровне развития двигательных способностей школьников. Анализ исследований, касающихся вопросов развития двигательных способностей и качеств детей, свидетельствует, что около 40% старших школьников имеют уровень развития двигательных способностей ниже среднего.

Недостаточная физическая активность детей, особенно в период активного роста, когда ускоренное развитие скелета и мышечной массы не подкрепляется соответствующей тренировкой систем кровообращения и дыхания, является одной из причин ухудшения здоровья детей, снижения жизненного тонуса. Известно также, что в школе тенденция к ухудшению здоровья детей с возрастом усиливается, дети приобретают ряд физических недостатков и вредных привычек. В связи с этим актуален поиск путей физического и духовного оздоровления школьников, эффективных средств развития двигательной сферы ребенка, развития интереса к движению на основе жизненной потребности быть ловким, сильным, смелым. Наиболее ценными в этом отношении представляются игровые формы организации двигательной деятельности детей на свежем воздухе.

Актуальность данной программы также в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального

самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей.

В современной социально-экономической ситуации эффективность системы дополнительного образования особенно актуальна, так как именно этот вид образования ориентирован на свободный выбор ребенком интересующих его видов спорта и форм деятельности, развитие его представлений о здоровом образе жизни, становлении познавательной мотивации и способностей.

Новизна программы состоит в удовлетворении возрастной потребности в идентификации личности, определении жизненных стратегий и обретении навыков их реализации. Сохранение и культивирование условий, благоприятных для развития спортивной индивидуальности личности ребенка посредством занятий спортом.

Новизна и оригинальность программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься спортом, предъявляя высокие требования в процессе обучения. А также уделяет внимание вопросам воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека. И, самое главное, позволяет учащимся следить за состоянием своего здоровья с помощью здоровьесберегающих технологий (пульсометрия, мониторинг физической подготовленности и элементарные навыки самомассажа.)

Педагогическая целесообразность программы в том, что обучение требует постепенного многолетнего перехода от простого к сложному. Программа позволяет планомерно работать с детьми разного возраста, объединяя их по физическим данным и подготовленности. Занятия позволяют решить проблему занятости детей в свободное время, пробуждение интереса к разным видам спорта. Практика показывает эффективность ранней подготовки учащихся для формирования полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах.

Она является одной из составляющих частей системы физического воспитания, основная цель которой – всестороннее развитие личности посредством формирования физической культуры ребенка. Под физической культурой подразумевается: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и основные способы (умения) осуществлять физкультурно - оздоровительную и спортивную деятельность.

Кроме того, педагогическая целесообразность заключается в овладении физической, технической и тактической подготовками спортивных игр занимающимися, для успешного участия в городских и районных соревнованиях.

Отличительные особенности данной программы. Особенностью программы можно считать поверхностное знакомство со всеми спортивными играми. Это футбол, включая все его разновидности мини-футбол, футзал, туризм. Обучение волейболу, баскетболу, гандболу и т.д.) Ключевой инвентарь всех игр – мяч. Еще в древние времена игры с мячом носили не только развлекательный, но и лечебный характер. Римский врач Клавдий Гален прописывал игры с мячом своим больным в качестве лекарства. Он считал, что это не только развитие ловкости, быстроты, координации, глазомера, но и разгрузка нервной системы, масса радостных эмоций и переживаний. А ребенку, чтобы он был здоровым, очень важно быть счастливым.

Программа предполагает использование спортивных игр и упражнений в комплексе с другими физкультурно-оздоровительными мероприятиями, ориентирована на формирование самостоятельности, самоконтроля, умения действовать в группе сверстников, заботиться о своем здоровье.

Адресат программы.**Возраст учащихся: 8-11 лет.**

В объединение принимаются учащиеся по письменному заявлению родителей или законных представителей.

Число детей, одновременно находящихся в группе первого и последующих годов обучения составляет от 7 до 20-ти человек.

На второй год обучения могут быть приняты учащиеся по уровню знаний соответствующие первому году обучения и прошедшие собеседование.

Вид программы по уровню освоения: содержание и материал программы организованы по принципу дифференциации в соответствии с базовым уровнем освоения программ.

Классификация программы на основе уровневой дифференциации:

Программа базового уровня.

Объём программы: 432 часа.

Срок реализации программы: 3 года.

Форма обучения: очная

Режим занятий:

Год обучения	Продолжительность занятий в неделю	Периодичность занятий в неделю	Количество занятий в неделю	Всего в год
1	2 часа	2 раза	4 часа	144 часа
2	2 часа	2 раза	4 часа	144 часа
3	2 часа	2 раза	4 часа	144 часа

Особенности образовательного процесса.

Основной формой является учебное занятие. Оно приводится по общепринятой структуре согласно расписанию.

Продолжительность занятий составляет – 2 занятия по 45 минут с 10-минутным перерывом между ними для отдыха и проветривания помещения.

Первый год обучения ознакомительный. Знакомство детей с основами спорта и её развитиями в спорте. Спортивные знания и разряды. Достижения. Общее понятие о строении организма человека, взаимодействие органов и систем.

Развитие способностей детей через изучение различных видов специальных упражнений. Формирование здорового образа жизни, саморазвитие личности.

Формирование представления о роли правильного выбора позиции на площадке. Взаимодействия с партнером по команде. Методики физической подготовки. Обучение тактике и стратегии спортивных игр. Развитие правил в судействе: баскетбол, волейбол, пионербол, футбол, стритбол, лапта.

Второй год - это определение базовых понятий для решения проблем. Развитие знаний о личной гигиене, самоконтроле, истории физической культуры и спорта, понятие о нормах ГТО, общие правила соревнований. Подготовка учащегося как психологически, так и физически для овладения техникой и тактикой всех видов спорта. Изучение тактических и технических основ футбола, волейбола, стритбола, баскетбола, лапты, туризма. Совершенствование техники, оттачивание мастерства. Контрольные игры.

Третий год - соответствуют продвинутому уровню сложности. Закрепление у учащихся навыков оказания первой помощи, режима дня, профилактики травматизма, обучение простейшим практическим навыкам участия в спортивных мероприятиях. Развитие коммуникативных, коллективных и физических навыков учащихся через изучение различных

видов упражнений, видов спорта. Способствование формированию быстроты принятия решений в сложных ситуациях в положительную сторону. Формирование представления о роли правил в спорте, грамотной речи, командной игре, индивидуальных особенностях организма, реакции организма на физические упражнения. Использование спортивных игр и упражнений в комплексе с другими физкультурно-оздоровительными мероприятиями, ориентирование на формирование самостоятельности, самоконтроля, умения действовать в группе сверстников, заботиться о своем здоровье, быть в центре спортивных событий школы, город.

Цель программы: Формирование гармоничного физического и нравственного развитие ребенка через приобщение к спортивным играм и упражнениям с учетом состояния здоровья, уровня физической подготовленности и развития.

Задачи:

Обучающие:

- ознакомить с принципами здорового образа жизни;
- ознакомить детей с принципами и правилами игры;
- ознакомить с правилами поведения спортсменов и со способами разрешения нестандартных ситуаций на соревнованиях;
- научить основам тактики и техники;
- обучить правилам восстановления организма после тренировок;
- ознакомить с назначением упражнений на развитие координации движений, ловкости, реакции;
- научить правильно выполнять комплекс общеразвивающих и специальных упражнений;
- выявление способностей занимающихся;
- обучить знаниям теоретических сведений;

Развивающие:

- развивать координацию движений, ловкость, быстроту реакции, выносливость;
- укреплять здоровье учащихся;
- развивать кругозор учащихся;
- развивать интерес к играм.

Воспитательные:

- воспитание волевых и моральных качеств;
- мотивация на здоровый образ жизни;
- воспитывать положительного отношения к физической культуре в целом;
- воспитывать у учащихся волю, целеустремленность, стремление к достижению цели;
- формировать интерес к активному образу жизни.
- воспитывать у детей: умение играть в команде, чувство коллективизма, толерантность.

Содержание программы.

Содержание программы 1 год обучения

Цель: формирование личностных качеств и первоначальные знания игр.

Задачи:

воспитательные:

- воспитывать личностные качества: уважительное отношение к другому мнению, истории, культуре других народов;
- воспитывать трудолюбие, бережное отношение к своему здоровью, к духовным ценностям;

развивающие:

- развивать потребность к занятию спортом, к здоровому образу жизни;
- умению составлять свой распорядок дня;
- развивать навыки работы;
- развивать тактические действия игры в нападении;
- обучить правилам личной гигиены спортсмена;

обучающие:

- научить правилам розыгрыша стандартных положений;
- научить выполнять технические и тактические приёмы игр.

Учебный план 1 года обучения

№	Название разделов и тем	Общее количество часов			Форма аттестации
		теория	практика	всего	
1.	Вводное занятие. История развития спорта	6	6	12	Собеседование
2.	Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка	2	36	38	Зачет
3.	Спортивные игры	10	44	54	Соревнование
4.	Судейские правила	6	34	40	Зачет
	Итого объём программы	24	120	144	

Содержание учебного плана 1 года обучения.

1. Вводная тема. Инструктаж техники безопасности по ТБ, ПБ. История развития спорта, изучение спортивных терминов, профессий спортсменов. Особенности и отличительные черты спорта; различные виды спорта.

С помощью игры познакомить детей. Представление комплекса спортивных игр с упражнениями на раскрепощение, сценическое внимание и воображение, эпизодов на память физических действий. Комплекс упражнений детей в группе. Представление разных видов игр. Комплекс игр и упражнений, связанные по своему виду спорта. (Теория)
Спортивная игра «чем интересней этот вид спорта?» Выявление самых известных спортсменов. Спортивная тренировка как процесс совершенствования функций организма. Понятия об утомляемости и переутомлении.

Практика. Спортивная игра.

«Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль спортсмена». Выявление режима дня у детей. Просмотр отрывков разных видов спорта с обсуждением. Вред курения и алкоголя и наркотиков на растущий организм. Различие тренировок. Понятие о тренировке и спортивной форме.

Практика: тренировки.

Контроль и учет знаний и умений:

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

2. «Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка». Инструктаж техники безопасности по ТБ, ПБ 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. (Теория)

Общая физическая подготовка. Упражнения для развития мышц рук и плечевого сустава, упражнения для мышц туловища и шеи, ног и таза. Бег на короткие дистанции, высокий и низкий старт. Челночный бег, прыжки в длину, с места, с разбега. Метание малого мяча в цель и на дальность. Подвижные игры на развитие координации и внимательности. Специальная физическая подготовка: подвижные игры, подводящие непосредственно к основной теме занятий. Практика. ОФП и СФП.

3. «Спортивные игры». Инструктаж техники безопасности по ТБ, ПБ. Правила игры в футбол: Цель игры и её составляющие. Поле, количество игроков, время игры, основные нарушения. Техника игры: работа с мячом, набивание, ведение мяча, удары по воротам. Тактика: индивидуальная и командная игра. (Теория)

Правила игры в баскетбол: цель игры и её составляющие. Площадка, кольца, состав команды, форма, время игры, основные нарушения. Техника игры: работа с мячом, дриблинг, перетасовка, броски в кольцо. Индивидуальная и командная игра. Практика. Игры в баскетбол.

Правила игры в волейбол: цель игры и её составляющие, площадка, высота сетки, количество игроков, подача, распасовка, блок. Практика. Игры в волейбол.

Правила игры в стритбол: цель игры и её составляющие, количество игроков, площадка, регламент игры. Основные нарушения, дриблинг, распасовка, броски в кольцо. Практика. Игры в стритбол.

Правила игры в спортивную лапту, площадка, количество игроков, основные нарушения, удары по мячу. Практика. Игры в лапту.

2. «Судейские правила».

Вводное занятие. Инструктаж техники безопасности по ТБ, ПБ. Участие во всех внутришкольных и городских соревнованиях по данным видам спорта. Контрольные зачеты по данным физического развития: Быстроте, силе, выносливости, гибкости, ловкости.

Походная практика. Однодневные и многодневные походы в весеннее - летний период совместно с родителями, спортивные игры на песке.

Обслуживание внутришкольных соревнований в качестве полевых судей и помощи в судействе тренеру и учителю. (Теория)

Практика. Судейство.

Контроль и учет знаний и умений:

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

Содержание программы 2 года обучения

Цель: повышение уровня двигательных и специальных физических качеств, укрепление здоровья.

Задачи.

воспитательные:

- развитие морально-волевых качеств: трудолюбие, упорство в достижении цели;
- формировать мотивацию к здоровому образу жизни;
- формировать позитивное отношение к спорту;
- воспитывать чувство товарищества, ответственности.

Развивающие:

- развитие физических качеств: быстроты, выносливости, силы;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

обучающие:

- обучить технике удара по мячу;
- научить технике ведения мяча;
- обучить правильной передаче мяча;
- обучить индивидуальным тактическим действиям.

Учебный план 2 года обучения

№	Название раздела, темы	Общее количество часов			Форма аттестации
		теория	практика	всего	
1.	Вводное занятие. «Познание самого себя»	14		14	Собеседование
2.	Общая и специальная физ. подготовка. «Я стану лучше»		14	14	Зачет
3.	Основы техники и тактики игр. «Огромный мир спорта»	4	80	84	Опрос
4.	Контрольные игры и соревнования. «Тяжело в учении легко в бою»		32	32	Соревнования
	Итого объём программы	18	126	144	

Содержание учебного плана 2 года обучения.

1. Вводное занятие. «Познание самого себя». Физическая культура и спорт в России. Инструктаж по ТБ и ПБ. Государственное значение физической культуры и спорта. Задачи развития массовой физ. культуры.

Комплекс ГТО в России. Оздоровительная и прикладная направленность комплекса ГТО. Нормативы и требования.

Сведения о строении и функциях организма человека . Органы пищеварения и обмен веществ. Нервная система. Влияние физических упражнений на нервную систему и обмен веществ.

Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль. Использование естественных факторов (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма. Меры личной, общественной и санитарно-гигиенической профилактики.

Правила соревнований их организации и проведения. Роль соревнований в спортивной подготовке спортсменов. Виды соревнований. Понятие о методике судейства. Организация и проведение школьных соревнований. Тестирование: Подбор и планирование физических упражнений.

Контроль и учет знаний и умений:

Тестирование: «Биодинамические особенности и содержание физических упражнений, способствующих освоению игр с мячом»

Проект: «Разработка индивидуального двигательного режима»

2. Общая и специальная физ. подготовка «Я стану лучше».

Инструктаж по ТБ и ПБ. Упражнения для развития мышц рук и плечевого пояса с предметами и без предметов. Упражнения для развития мышц туловища и шеи. Упражнения для развития мышц ног и таза.

Акробатические упражнения для развития конфигурации движения. Падения, кувырки, перевороты.

Легкоатлетические упражнения для развития быстроты, прыгучести, выносливости. Подвижные игры подводящие или напоминающие спортивные игры.

Практические занятия. Выполнение упражнений и подвижные игры.

Контроль и учет знаний и умений:

Тестирование: «Проведение самостоятельных занятий по развитию основных физических способностей». Подбор и планирование физических упражнений

Демонстрация: технико-тактических навыков в выбранных спортивных играх.

Участие в соревнованиях на школьном, дворовом, городском уровнях по данным спортивным играм.

3. Основы техники и тактики игр. «Огромный мир спорта».

Основы техники и тактики игры футбол. Инструктаж по ТБ и ПБ.

Взаимосвязь технической, тактической и физической подготовки, футболистов. Отработка ударов по мячу, ногой, головой. Остановка мяча ногой, головой, грудью. Ведение мяча, обратные движения и отводка противника. Отбор мяча у соперника. Выбрасывание мяча. Техника игры вратаря. Понятие о тактической системе и стиле игры. Тактика атаки, контратаки, атакующие комбинации. Тактика игры в защите и при стандартных положениях.

Практические занятия Матчи по футболу

Основы техники и тактики игры в баскетбол. Техника движения игрока на поле, повороты, развороты, ускорения. Техника владения мячом, дриблинг, ловля и передача мяча различными способами. Броски мячом по кольцу.

Тактика нападения: выбор мяча на площадке, взаимодействие двух игроков с применением

зелюна, позиционное нападение. Тактика защиты: выбор места под кольцом, блокировки бросков, плотная личная система защиты.

Практические занятия Игры: Баскетбол.

Техника игры в волейбол: подачи и прием мяча сверху и снизу. Работа с мячом. Разыгрывание комбинаций для нападения. Блокировка нападающего удара. Перемещение по площадке, взаимостраховка.

Практические занятия Игры: Волейбол.

Основы техники и тактики игры в стритбол. Работа над техникой бросков по кольцу. Ведение и перепасовка с партнером. Броски по кольцу с места, с движения, с разворота. Работа игрока под кольцом на съеме мяча.

Практические занятия: Игры: Стритбол

Основные правила игры в спортивную лапту. Техника ударов по мячу.

Тактические действия команды при перебежке игрового поля.

Практические занятия. Игры: Спортивная лапта.

Основные навыки юного туриста. Сборка и разборка рюкзака. Установка палатки. Разведение костра. Выбор маршрута и места стоянки.

Организация и проведение пешеходных и велосипедных походов различной категории сложности. Правила поведения туриста в походе.

Практические занятия по туризму.

Контроль и учет знаний и умений:

Выполнение нормативов: Самостоятельное выполнение упражнений на развитие технико-тактических данных в спортивных играх.

4. Контрольные игры и соревнования. «Тяжело в учении легко в бою». Участие в различных соревнованиях школьного и городского уровня. Организации и проведение школьных соревнований.

Анализ и обсуждение проведенных соревнований.

Практические занятия: соревнования. Контроль и учет знаний и умений:

Выполнение контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной подготовке

Содержание программы 3 года обучения

Цель: формирование базовой техники и тактики игр; формирование личностных качеств учащихся.

Задачи.

воспитательные:

- формировать личностные качества: трудолюбие, стремление к достижению успеха, аккуратность;
- формировать потребность к здоровому образу жизни, бережно относиться к своему здоровью;
- развитие коммуникативных качеств, толерантность, умение работать в команде;
- быть вежливыми и относиться с уважением к старшим, друг к другу.

развивающие:

- формировать и развивать интерес к спорту, как к здоровому образу жизни, к достижению результата;
- развитие различных укрепляющих упражнений;
- развитие и совершенствование отработки технических элементов игры;

обучающие:

- обучить тактике и технике игры;
- обучить разновидностям челночного бега;
- научить работать мячом в передаче.

Учебный план 3года обучения

№	Название раздела, темы	Общее количество часов			Форма аттестации
		теория	практика	всего	
1.	Физическая культура России Мир спорта. «Начни с себя!»	6	8	14	Собеседование
2.	Общая и специальная физическая подготовка. «Читай, играй и побеждай!»		46	46	Зачет
3.	Техника и тактика игры в баскетбол. «Узнай себя в игре»	6	50	56	Игра
4.	Спортивные мероприятия. «Покажи, на что способен»	2	26	28	Соревнование
	Итого объём программы	14	130	144	

Содержание учебного плана 3 года обучения

1. Физическая культура России Мир спорта. «Начни с себя!»

Международное спортивное движение. Олимпийские игры. Виды олимпийских игр. Достижения сборных команд России по футболу и баскетболу в международных соревнованиях.

Влияние занятий физическими упражнениями на здоровье и общее развитие организма человека. Практическая работа: тестирование, педагогический анализ, проверка к готовности ведения дневника

Детальное изучение правил игры и пояснительная к ним. Подготовка судей к соревнованиям. Работа судейской коллегии, обслуживающей соревнования.

Практическое занятие: изучение методической литературы по судейству соревнований, создание личного дневника учёта, просмотр обучающих видео.

Организация и проведение внутришкольных соревнований по футболу и баскетболу в младших и средних возрастах.

Практическое занятие: Соревнование по баскетболу и футболу.

Контроль и учет знаний и умений:

- формирование устойчивого интереса к играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;
- обогащение двигательного опыта школьников новыми двигательными действиями, обучение правильной технике выполнения элементов спортивных игр;
- содействие развитию двигательных способностей;
- воспитание положительных морально-волевых качеств;
- формирование привычек здорового образа жизни;
- увеличение двигательной активности и качества физической подготовки школьников;
- продуктивность в условиях конкуренции как на соревнованиях, так и в жизни.

2. Общая и специальная физическая подготовка. «Читай, играй и побеждай!».

Детальное изучение правил игры и пояснительная к ним. Подготовка судей к соревнованиям. Работа судейской коллегии, обслуживающей соревнования.

Практическое занятие: помощь в организации и судействе соревнований, изучение методической литературы, изучение тактики и техники игр в баскетбол и футбол.

Организация и проведение внутришкольных соревнований по футболу и баскетболу в младших и средних возраста.

Практическое занятие: игра в «мини-футбол» и стритбол, участие в соревнованиях по «Уличному баскетболу»

3. Техника и тактика игры в баскетбол. «Узнай себя в игре»

Сочетание способов передвижения с изучением техническими приемами ловли, передачи и ведения мяча. Техника обладания мячом. Перехват мяча при ведении и бросках. Действия одного защитника против двух нападающих. Организация командных действий против контратаки.

Практическое занятие: броски мяча, ловля мяча, передвижения и стойки, ведение мяча, игра 2х2, 4х4.

Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов. Упражнения с сопротивлением в парах. Акробатические кувырки, перекаты, падения. Бег по пересеченной местности. Прыжки в высоту, в длину. Тройной прыжок. Челночный бег. (практическое занятие)

Практическое занятие: сдача нормативов, совершенствование гимнастических элементов, выполнение ОРУ в качестве индивидуального показательного выступления.

Контроль и учёт знаний и умений:

- осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за техникой выполнения двигательных действий и режимами физической нагрузки;
- обогащение двигательного опыта школьников новыми двигательными действиями, обучение правильной технике выполнения элементов спортивных игр;
- содействие развитию двигательных способностей;
- выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности;
- формирование привычек здорового образа жизни;
- увеличение двигательной активности и качества физической подготовки школьников
- продуктивность в условиях конкуренции, как на соревнованиях, так и в жизни.

4. Спортивные мероприятия. «Покажи, на что способен». Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, начиная со школьных до городских. Организация и проведение походов по категориям, вязка узлов, подготовка оборудования и места для ночлегов, ориентирование на местности.

Практическое занятие: установка палатки, выбор местности, сбор рюкзака, выбор одежды и продуктов питания для похода, оказание 1 медицинской помощи.

Спортивные мероприятия - внутришкольные, городские, региональные и т.д. Внедрение и подготовка комплекса ГТО. Судейство и помощь в организации тренировочного процесса.

Контроль и учет знаний и умений: Соревнование, индивидуальный зачёт, тестирование,

Практическое занятие: итоговое тестирование и по всем знаниям, умениям и навыкам приобретённым за время посещения занятий, судейство игры, выполнение норм ГТО.

Контроль и учёт знаний и умений:

- формирование здорового образа жизни, организации активного отдыха и

профилактики вредных привычек;

- основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;
- способы закаливания организма и основные приемы самомассажа;
- составлять и выполнять комплексы упражнений для занятий спортивными играми с учетом индивидуальных особенностей организма.

Планируемые результаты по годам обучения

1 года обучения.

Предметные:

- выполнять розыгрыши стандартных положений;
- выполнять базовые технические и базовые тактические приемы игры;
- выполнять отдельные общеразвивающие упражнения;

Метапредметные:

- правильно выполнять комплекс общеразвивающих упражнений;
- правильно выполнять специальные упражнения;
- правильно восстанавливаться после тренировок;
- правильно составлять свой распорядок дня;
- применять тактические и технические приемы в игре;

Личностные:

- овладеют начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- сформируется установка на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.

2 года обучения.

Предметные:

- овладеют техникой удара по мячу;
- техникой ведения мяча различным способом;
- овладеют правильной техникой игры.

Метапредметные:

- сформировано умение планировать, контролировать учебные действия;
- оценивать свои игровые действия;
- будут грамотно выполнять и владеть тактическими разнообразными игровыми ситуациями.

Личностные:

- будет сформировано понятие здорового образа жизни;
- сформирована мотивация к занятию спортом;
- умение работать в команде.

3 года обучения.

Предметные:

- будут владеть тактикой и техникой игры;
- уметь выполнять разновидности челночного бега;
- работать с мячом в передаче;
- знать судейские правила игр.

Метапредметные:

- сформирован интерес к спорту, как к здоровому образу жизни;
- умение правильно выполнять укрепляющие упражнения для мышц;
- уметь ставить цели и пути её достижения;
- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
- научатся анализировать свою деятельность

Личностные:

- будут сформированы личные качества: трудолюбие, аккуратность, стремление к достижению успеха;
- потребность к здоровому образу жизни, бережно относится к своему здоровью;
- будут сформированы коммуникативные качества, толерантность, умение работать в команде;
- ценить своё время и время других.

Раздел № 2. Комплекс организационно – педагогических условий, включающий формы аттестации.

Организационно-педагогические основы обучения

Этапы образовательного процесса	1 год обучения	2 - 3 год обучения
Начало учебного года	1 сентября	1 сентября
Продолжительность учебного года	36 недель	36 недель
Продолжительность занятия	45 минут	45 минут
Промежуточный контроль	15 – 25 декабря	15 – 25 декабря
Итоговый контроль	май	май
Окончание учебного года	31 мая	31 мая
Зимние каникулы (праздничные дни)	01. – 08.01	
Летние каникулы	с 1 июня	
Летний профильный лагерь	с 01 – 25 июня	

Условия реализации программы

В зимний период занятия проводятся в оборудованном светлом хорошо проветриваемом спортивном зале, освещение дневное и искусственное, имеется спортивное оснащение. Помещение с центральным отоплением, с раковиной для мытья рук, раздевалкой.

В летний период занятия проводятся на универсальной спортивной площадке с искусственным покрытием.

Оснащение: ворота для игры – 2 штуки; сетки для ворот – 2 штуки; футбольные мячи – 7 штук.

Учащиеся приходят на занятия в спортивной одежде и обуви.

Для выполнения упражнений используются: скакалки – 15 штук; коврики – 15 штук, гимнастические скамейками, гимнастические маты.

Формы контроля/ аттестация.

Текущий, промежуточный и итоговый контроль проводится для получения информации о состоянии учащегося после серии занятий и игр для внесения соответствующих коррекций в тренировочную и соревновательную деятельность. Опрос, сдача контрольно-переводных нормативов. Подведение итогов реализации программы проводится в виде контрольных соревнований. В программу этапного контроля входят: тестирование уровня физической подготовленности; тестирование технико-тактической подготовленности;

анализ индивидуальных и групповых соревновательных действий.

Оценка знаний и умений по уровням:

Высокий:

- четкое выполнение полученных знаний в соответствии с требованиями учебной программы;
- допускаются несущественные ошибки, самостоятельно исправленные учащимися;
- учитывается оригинальность, умение применять не стандартный метод решения поставленной задачи.
- выполняет самостоятельно, применяет полученные знания в комплексе.

Средний:

- знания излагаются в соответствии с требованиями учебной программы;
- допускаются отдельные ошибки, не исправленные учащимися, но указаны тренером;
- ошибочная подача мяча.

Допустимый:

- изложение полученных знаний не полное;
- допускаются отдельные существенные ошибки и попытка самостоятельного их исправления или с помощью педагога;

Не отработаны правила подачи мяча.

Способы проверки: опрос, сдача контрольно-переводных нормативов.

Учебное занятие не может быть эффективным без получения своевременной объективной информации о развитии различных физических качеств, технической подготовленности футболистов. Этапный контроль предназначен для оценки устойчивого состояния учащихся, проводится в конце конкретного этапа. Подведение итогов реализации программы проводится в виде контрольных соревнований.

Оценочные материалы по годам обучения.

Первый год обучения

№	Предмет оценивания	Форма аттестации	Критерии	Показатели	Виды контроля
1.	Отдельные общеразвивающие упражнения с мячом, упражнений развития для мышц, удары по прыгающему мячу.	Зачет	Высокий уровень: Упражнения выполнены правильно Средний уровень: Допущены незначительные ошибки Допустимый уровень: Выполнено с помощью педагога	Уровневая система оценивания	Текущий
2.	Ведение мяча. Защита ворот и обстрел ворот. Пошаговый бег,	Контрольные упражнения	Высокий уровень: Все контрольные упражнения выполнены.	Уровневая система оценивания	Промежуточный

	бег на месте, разминка ног.	наведение мяча	Средний уровень: контрольные упражнения выполнены небольшими ошибками. Допустимый уровень: Допускает значительные ошибки упражнениях.		
3.	Комплекс упражнений по темам программы. Освоение на начальном этапе игры. Знание техники безопасности.	Соревнование между группами по возрастным особенностям. Зачет по технике безопасности.	Высокий уровень: Знание техники безопасности, игра проведена без замечаний. Средний уровень: Знание техники безопасности, в процессе игры допущены ошибки. Допустимый уровень: Допускает значительные ошибки.	Уровневая система оценивания	Итоговый

Второй год обучения

№	Предмет оценивания	Форма аттестации	Критерии	Показатели	Виды контроля
1.	Правила безопасной игры, правила пожарной безопасности	Зачет	Высокий уровень: Знание техники безопасности. Упражнения выполнены правильно Средний уровень: Допущены незначительные ошибки Допустимый уровень: Выполнено с помощью педагога	Уровневая система оценивания	Текущий
2.	Знание правил	Зачет	Высокий уровень:	Уровневая	Промежуточный

	удара по мячу, воротам. Тактика защиты ворот. Бег на ускорение	Контрольные упражнения	Все контрольные упражнения выполнены. Средний уровень: контрольные упражнения выполнены с небольшими ошибками. Допустимый уровень: Допускает значительные ошибки в упражнениях.	система оценивания	
3.	Анализ и самоанализ. Выполнение нормативов ОФП	Контрольные упражнения. Соревнование.	Высокий уровень: Все нормативы и упражнения выполнены. Умеют анализировать свою деятельность Средний уровень: Соревнования с замечаниями тренера. Допустимый уровень: Допускает значительные ошибки.	Уровневая система оценивания	Итоговый

Третий год обучения

№	Предмет оценивания	Форма аттестации	критерии	показатели	Виды контроля
1.	Правила пожарной безопасности; Правила дорожного движения, правило поведения в общественных местах.	Зачет	Высокий уровень: Знание правил пожарной безопасности. Средний уровень: Допущены незначительные ошибки Допустимый уровень: Выполнено с помощью педагога	Уровневая система оценивания	Текущий

2.	Тактика ведения игры, действия в нападении, упражнения на укрепление мышц-выпады, подскоки, приседания. Метание мяча на дальность, ОФП.	Опрос по теории и наблюдение по практике. Контрольные зачеты	Высокий уровень - Знания техники ведения игры Средний уровень: Допущены незначительные ошибки Допустимый уровень: Выполнено с помощью педагога	Уровневая система оценивания	Промежуточный
3.	Знание правил игры.	Сдача нормативов в ОФП	Высокий уровень: Знание правил игры. Все нормативы выполнены. Средний уровень: Допущены незначительные ошибки Допустимый уровень: Допускает значительные ошибки.	Уровневая система оценивания	Итоговый

Методические материалы.

Форма работы: Индивидуальная; групповая; консультативная.

Использованы технологии, ориентированные на формирование общекультурных ценностей учащихся: технология развивающего обучения; личноно – ориентированная; интерактивная.

Основной формой организации учебного процесса является учебное занятие.

Используется принцип дифференцированного и индивидуального подхода обучения с учётом интересов учащихся. Программа построена по принципу «спирали»: изучение новой темы начинается с повторения пройденного материала и постепенного усложнения.

В программу включены беседы и лекции, фотографии, тренинги, беседы по этике и эстетике для третьего года обучения, соревнования.

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности педагог – учащийся. Занятия строятся так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт. Применяются разнообразные формы и методы проведения занятий от простого к сложному.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, указание.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показ упражнения, наглядных пособий, видеофильмов.

Практические методы: методы упражнений; игровой; соревновательный;

круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговые тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Список литературы для педагога:

1. Г.А. Васильков «От игры к спорту» Москва 2015г.
2. В.Г. Васильков «Физкультура и спорт» Москва 2016г.
3. Ю.Г. Буйлин, Ю.И.Портных «Мини-Баскетбол в школе» Москва 2017г. И.А. Гуревич «300соревновательно-игровых заданий по физвоспитанию» Минск 2012.)
4. А.Г. Фурманов «Волейбол на лужайке в парке на траве» Москва 2015г.
5. Яхонтов Е.Р., Генхин З.А. «Баскетбол» М. 2018г.
6. Железняк Ю.Д. «120 уроков по волейболу» М. 2019г.
7. Чанади А. «Футбол. Техника и стратегия». М. 2014г.

Литература для детей:

1. Б.И. Нортон «Упражнения в баскетболе» Москва 2014г.
2. Л.В. Былеева, П.М. Коротков «Подвижные игры» Москва 2017г.
3. Нитхолстер Г. «Энциклопедия баскетбольных упражнений» М. 2018г.
4. Озолин Н.Г. «Современная система спорт. тренировки» М. 2016г.
5. Цирик Б.Ф., Лукашин Ю.С. «Футбол» М.2016 .г

Приложение 1.

Календарный учебный график 1 года обучения

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Дата проведения (план)	Дата проведения (факт)
1	Введение. Инструктаж по ПБ, ТБ. Физическая культура и спорт в России	2	01.09.	
2	Сведения о строении и функциях организма человека	2	03.09.	
3	Сведения о строении и функциях организма человека	2	07.09.	
4	Влияние физических упражнений на организм человека	2	09.09.	
5	Влияние физических упражнений на организм человека	2	14.09.	
6	Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль спортсмена	2	16.09.	
7	Основные методики обучения и тренировок по спортивным играм	2	21.09	
8	Общая и специальная физическая подготовка	2	23.09.	

9	Физподготовка. Бег, прыжки по лестницам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».	2	28.09.	
10	Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	2	30.09.	
11	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	2	01.10.	
12	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	2	05.10.	
13	Подвижные игры.	2	07.10.	
14	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.	2	12.10.	
15	Подтягивание, приседание, пресс, длительный бег, игра в вышибалы.	2	14.10	
16	Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.	2	19.10.	
17	Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра.	2	21.10.	
18	Общеразвивающие упражнения с набивным мячом, игра в гандбол.	2	26.10.	
19	Общеразвивающие упражнения в парах, подтягивания.	2	28.10.	
20	Общеразвивающие упражнения в парах, подтягивания.	2	02.11.	
21	Эстафета на закрепление и совершенствование технических приемов.	2	04.11.	
22	Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки.	2	09.11.	
23	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.	2	11.11.	
24	Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.	2	16.11.	
25	Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.	2	18.11.	
26	Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2	23.11.	
27	Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2	25.11.	
28	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	2	30.11	
29	Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением.	2	02.12.	

30	Общеразвивающие упражнения по методу круговой тренировки.	2	07.12.	
31	Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением.	2	09.12.	
32	Общеразвивающие упражнения по методу круговой тренировки.	2	14.12.	
33	Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар.	2	16.12.	
34	Отработка передач в движении, передача мяча на ход.	2	21.12	
35	Развитие гибкости, старты из различных положений, подтягивания.	2	23.12.	
36	Тренировка выносливости, изменение направления движений по сигналу.	2	28.12	
37	Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений.	2	30.12.	
38	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре.	2	11.01.	
39	Игры на развитие ориентации и мышления. Чеканка мяча через стойку.	2	13.01	
40	Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра.	2	18.01	
41	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов	2	20.01	
42	Специальные упражнения. Чеканка мяча.	2	25.01	
43	Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу.	2	27.01	
44	Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1.	2	01.02.	
45	Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра.	2	03.02	
46	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	2	08.02	
47	Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением.	2	10.02	
48	Общеразвивающие упражнения по методу круговой тренировки.	2	15.02	
49	Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар.	2	17.02	
50	Отработка передач в движении, передача мяча на ход.	2	22.02	

51	Развитие гибкости, старты из различных положений, подтягивания.	2	24.02	
52	Развитие гибкости, старты из различных положений, подтягивания.	2	01.03.	
53	Контрольные игры и соревнования	2	03.03	
54	Контрольные игры и соревнования	2	10.03	
55	Контрольные игры и соревнования	2	15.03	
56	Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника.	2	17.03	
57	Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага.	2	22.03	
58	Двусторонняя учебная игра.	2	24.03	
59	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	2	29.03	
60	Общеразвивающие упражнения в парах, бег с мячом.	2	31.03	
61	Старты из различных положений, двусторонняя игра.	2	05.04	
62	Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника.	2	07.04	
63	Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага.	2	12.04	
64	Двусторонняя учебная игра.	2	14.04	
65	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	2	19.04	
66	Общеразвивающие упражнения в парах, бег с мячом.	2	21.04	
67	Старты из различных положений, двусторонняя игра.	2	26.04	
68	Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника.	2	28.04	
69	Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага.	2	13.05	
70	Инструкторская и судейская практики	2	20.05	
71	Инструкторская и судейская практики	2	24.05	
72	Инструкторская и судейская практики	2	26.05	

Календарный учебный график 2 года обучения

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Дата проведения (план)	Дата проведения (факт)
1	Государственное значение физической культуры и спорта. Задачи развития массовой физ. культуры.	2	01.09.	

2	Оздоровительная и прикладная направленность комплекса ГТО. Нормативы и требования.	2	03.09.	
3	Сведения о строении и функциях организма человека	2	07.09.	
4	Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль	2	09.09.	
5	Роль соревнований в спортивной подготовке спортсменов. Виды соревнований. Понятие о методике судейства. Организация и проведение школьных соревнований.	2	14.09.	
6	Роль соревнований в спортивной подготовке спортсменов. Виды соревнований. Понятие о методике судейства. Организация и проведение школьных соревнований.	2	16.09.	
7	Упражнения для развития мышц рук и плечевого пояса с предметами и без предметов.	2	21.09	
8	Упражнения для развития мышц туловища и шеи	2	23.09.	
9	Упражнения для развития мышц ног и таза.	2	28.09.	
10	Акробатические упражнения для развития конфигурации движения.	2	30.09.	
11	Падения, кувырки, перевороты	2	01.10.	
12	Легкоатлетические упражнения для развития быстроты, прыгучести, выносливости.	2	05.10.	
13	Эстафеты и игры с ловлей, передачами и бросками мяча.	2	07.10.	
14	Взаимосвязь технической, тактической и физической подготовки, футболистов.	2	12.10.	
15	Отработка ударов по мячу, ногой, головой.	2	14.10	
16	Отработка ударов по мячу, ногой, головой.	2	19.10.	
17	Остановка мяча ногой, головой, грудью.	2	21.10.	
18	Ведение мяча, обратные движения и отводка противника.	2	26.10.	
19	Отбор мяча у соперника. Выбрасывание мяча.	2	28.10.	
20	Техника игры вратаря. Понятие о тактической системе и стиле игры	2	02.11.	
21	Тактика атаки, контратаки, атакующие комбинации. Тактика игры в защите и нестандартных положениях.	2	04.11.	
22	Техника владения мячом, дриблинг, ловля и передача мяча различными способами.	2	09.11.	

23	Броски мячом по кольцу	2	11.11.	
24	Ведение мяча левой и правой рукой с изменением высоты отскока, направления, скорости, с остановками.	2	16.11.	
25	Ведение мяча левой и правой рукой с изменением высоты отскока, направления, скорости, с остановками.	2	18.11.	
26	Ведение со сменой рук без зрительного контроля.	2	23.11.	
27	Тактика нападения: выбор мяча на площадке, взаимодействие двух игроков с применением защиты, позиционное нападение.	2	25.11.	
28	Техника игры в волейбол: подачи и прием мяча сверху и снизу. Работа с мячом.	2	30.11	
29	Техника игры в волейбол: подачи и прием мяча сверху и снизу. Работа с мячом.	2	02.12.	
30	Разыгрывание комбинаций для нападения.	2	07.12.	
31	Разыгрывание комбинаций для нападения.	2	09.12.	
32	Блокировка нападающего удара.	2	14.12.	
33	Перемещение по площадке, взаимостраховка.	2	16.12.	
34	Работа над техникой бросков по кольцу.	2	21.12	
35	Работа над техникой бросков по кольцу.	2	23.12.	
36	Ведение и перепасовка с партнером.	2	28.12	
37	Броски по кольцу с места, с движения, с разворота.	2	30.12.	
38	Работа игрока под кольцом на съеме мяча.	2	11.01.	
39	Основные правила игры в спортивную лапту.	2	13.01	
40	Основные правила игры в спортивную лапту.	2	18.01	
41	Техника ударов по мячу тактические действия команды при перебежке игрового поля.	2	20.01	
42	Техника ударов по мячу тактические действия команды при перебежке игрового поля.	2	25.01	
43	Техника ударов по мячу тактические действия команды при перебежке игрового поля.	2	27.01	
44	Техника ударов по мячу тактические действия команды при перебежке игрового поля.	2	01.02.	

45	Техника ударов по мячу тактические действия команды при перебежке игрового поля.	2	03.02	
46	Техника ударов по мячу тактические действия команды при перебежке игрового поля.	2	08.02	
47	Сборка и разборка рюкзака.	2	10.02	
48	Установка палатки.	2	15.02	
49	Установка палатки.	2	17.02	
50	Разведение костра.	2	22.02	
51	Выбор маршрута и места стоянки.	2	24.02	
52	Выбор маршрута и места стоянки.	2	01.03.	
53	Организация и проведение Пешеходных и велосипедных походов различной категории сложности.	2	03.03	
54	Организация и проведение Пешеходных и велосипедных походов различной категории сложности.	2	10.03	
55	Общеукрепляющие упражнения.	2	15.03	
56	Общеразвивающие упражнения без предметов, силовая подготовка.	2	17.03	
57	Футбол без ворот, теннисбол, гандбол. Тренировка меткости.	2	22.03	
58	Футбол без ворот, теннисбол, гандбол. Тренировка меткости.	2	24.03	
59	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	2	29.03	
60	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. Двусторонняя игра.	2	31.03	
61	Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника.	2	05.04	
62	Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага.	2	07.04	
63	Двусторонняя учебная игра.	2	12.04	
64	Двусторонняя учебная игра.	2	14.04	
65	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	2	19.04	
66	Общеразвивающие упражнения в парах, бег с мячом.	2	21.04	
67	Контрольные игры и соревнования по футболу	2	26.04	
68	Контрольные игры и соревнования по футболу	2	28.04	
69	Контрольные игры и соревнования по баскетболу	2	13.05	

70	Контрольные игры и соревнования по волейболу	2	20.05	
71	Контрольные игры и соревнования по стритболу	2	24.05	
72	Контрольные игры и соревнования по лапте	2	26.05	

Календарный учебный график 3 года обучения

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Дата проведения (план)	Дата проведения (факт)
1	Международное спортивное движение. Олимпийские игры. Виды олимпийских игр.	2	01.09.	
2	Достижения сборных команд России по футболу и баскетболу в международных соревнованиях	2	03.09.	
3	Влияние занятий физическими упражнениями на здоровье и общее развитие организма человека.	2	07.09.	
4	Детальное изучение правил игры и пояснительная к ним. Подготовка судей к соревнованиям.	2	09.09.	
5	Работа судейской коллегии, обслуживающей соревнования.	2	14.09.	
6	Организация и проведение внутришкольных соревнований по футболу и баскетболу в младших возрастах.	2	16.09.	
7	Организация и проведение внутришкольных соревнований по футболу и баскетболу в младших возрастах.	2	21.09	
8	Общеразвивающие упражнения с предметами и безпредметов	2	23.09.	
9	Общеразвивающие упражнения с предметами и безпредметов	2	28.09.	
10	Упражнения с сопротивлением в парах.	2	30.09.	
11	Упражнения с сопротивлением в парах.	2	01.10.	
12	Акробатические кувырки, перекаты, падения.	2	05.10.	
13	Акробатические кувырки, перекаты, падения.	2	07.10.	
14	Общеразвивающие упражнения на все группы мышц.	2	12.10.	

15	Общеразвивающие упражнения на все группы мышц.	2	14.10	
16	Упражнения типа «полоса препятствий» с различными заданиями.	2	19.10.	
17	Упражнения типа «полоса препятствий» с различными заданиями.	2	21.10.	
18	Бег по пересеченной местности.	2	26.10.	
19	Бег по пересеченной местности.	2	28.10.	
20	Прыжки в высоту, в длину.	2	02.11.	
21	Прыжки в высоту, в длину.	2	04.11.	
22	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.	2	09.11.	
23	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.	2	11.11.	
24	Тройной прыжок. Челночный бег.	2	16.11.	
25	Тройной прыжок. Челночный бег.	2	18.11.	
26	Комбинированные упражнения по круговой системе.	2	23.11.	
27	Комбинированные упражнения по круговой системе.	2	25.11.	
28	Развитие прыгучести.	2	30.11	
29	Развитие прыгучести.	2	02.12.	
30	Эстафеты и игры с ловлей, передачами и бросками мяча.	2	07.12.	
31	Техника и тактика игры в футбол	2	09.12.	
32	Отработка ударов по мячу, ногой, головой на точность.	2	14.12.	
33	Остановка мяча с разворотом.	2	16.12.	
34	Ведение мяча с совершенствованием всех форм обводки.	2	21.12	
35	Отбор мяча у соперника.	2	23.12.	
36	Выбрасывание мяча на точность и дальность. Техника игровратаря.	2	28.12	
37	Тактика игры в нападении. Индивидуальные, групповые и командные действия.	2	30.12.	
38	Удары внутренней и внешней стороной стопы а также сподъема	2	11.01.	
39	Тактика защиты. Индивидуальные, групповые, командные действия.	2	13.01	
40	Подача и прострелы с флангов	2	18.01	
41	Правильное пробитие штрафного удара	2	20.01	
42	Броски в кольцо двумя от груди и одной от плеча с места и в движении после двух шагов.	2	25.01	

43	Броски в кольцо двумя от груди и одной от плеча с места и в движении после двух шагов.	2	27.01	
44	Броски в кольцо двумя от груди и одной от плеча с места и в движении после двух шагов.	2	01.02.	
45	Техника обладания мячом	2	03.02	
46	Техника обладания мячом	2	08.02	
47	Техника обладания мячом	2	10.02	
48	Организация командных действий против контратаки	2	15.02	
49	Организация командных действий против контратаки	2	17.02	
50	Сочетание способов передвижения с изучением технич. приемами ловли, передачи и ведения мяча.	2	22.02	
51	Сочетание способов передвижения с изучением технич. приемами ловли, передачи и ведения мяча.	2	24.02	
52	Сочетание способов передвижения с изучением технич. приемами ловли, передачи и ведения мяча.	2	01.03.	
53	Ведение со сменой рук без зрительного контроля.	2	03.03	
54	Ведение мяча с совершенствованием всех форм обводки	2	10.03	
55	Упражнения с сопротивлением в парах	2	15.03	
56	Перехват мяча при ведении и бросках	2	17.03	
57	Действия одного защитника против двух нападающих	2	22.03	
58	Действия одного защитника против двух нападающих	2	24.03	
59	Действия одного защитника против двух нападающих	2	29.03	
60	Сдача норм ГТО и контрольных упражнений по баскетболу и футболу на оценку (ознакомление с нормативами)	2	31.03	
61	Сдача норм ГТО и контрольных упражнений по баскетболу и футболу на оценку (ознакомление с нормативами)	2	05.04	
62	Бег 60 метров	2	07.04	
63	Набивание футбольного мяча на обе ноги попеременно.	2	12.04	
64	Бросок баскетбольного мяча в кольцо (с линии штрафной)	2	14.04	

65	Метание теннисного мяча на дальность.	2	19.04	
66	Организация и проведение походов разных категорий	2	21.04	
67	Правильная вязка узлов.	2	26.04	
68	Владение навыками использования компаса.	2	28.04	
69	Спортивное ориентирование на местности.	2	13.05	
70	Контрольные игры. Спортивные мероприятия.	2	20.05	
71	Контрольные игры. Спортивные мероприятия.	2	24.05	
72	Контрольные игры. Спортивные мероприятия.	2	26.05	