

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КОЗЕННОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЛАДИМИРОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

СОГЛАСОВАНО

Зам.директора по УВ работе

gal

Федченко С.А.

«31» 08 2023 г

УТВЕРЖДАЮ

Директор



Лазько Ю.М.

Приказ № 163 от «31» 08 2023 г

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Школьный спортивный клуб НЕПОСЕДЫ»**

Направленность: спортивно-оздоровительная

Возраст обучающихся: 11-17 лет

Срок реализации: 1 год

Уровень программы: базовый

Автор:

педагог дополнительного образования

Сушкевич Сергей Владимирович

д.Владимировка

2023 год

«Каждый молодой человек должен осознать, что здоровый образ жизни – это его личный успех»

В.В. Путин

Раздел I. Комплекс основных характеристик программы: объем, содержание, планируемые результаты

Пояснительная записка

Поддержание и укрепление здоровья нации, приобщение к занятиям физической культурой и спортом уже долгое время является одним из приоритетных направлений развития нашей страны. Ни одно другое социальное окружение нашего района не может оказать такого воздействия на формирование здоровой личности школьника, на развитие олимпийских видов спорта, какое может осуществить школа, которая является местом активной деятельности ребенка на протяжении 9 школьных лет. Именно здесь интенсивно развивается детский организм, происходит формирование здоровья.

В настоящее время решение проблемы сохранения здоровья детей в системе образования становится актуальным не только для родителей, но и для педагогического коллектива образовательного учреждения. Многочисленные данные научных исследований и официальной статистики свидетельствуют о неблагоприятной динамике основных показателей здоровья детей. На здоровье детей оказывают влияние множество факторов: экологическое состояние, образ жизни, качество оказания медицинских услуг и, конечно, отсутствие системы сохранения и укрепления здоровья детей. Поэтому и приходит осознание того, что именно школа должна стать важнейшим фактором сохранения и укрепления здоровья. Здоровье и успешность в обучении тесно связаны. Это и определило стратегию деятельности по данной проблеме нашего образовательного учреждения

Программа курса внеурочной деятельности «Школьный спортивный клуб «Непоседы» разработана в соответствии с требованиями:

- Федеральный закон от 29.12.2012г. №27Э-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"
- Федеральная целевая программа «Образование», утвержденная Постановлением Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г. № 1642;

- Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации
- Стратегией развития воспитания Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р)
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, направленных письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242
- Приказа Минпросвещения России от 27.07.2022 N 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" (Зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2022 N 70226)
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09 3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разно уровневые)»

Новизна и актуальность программы

Актуальность программы заключается в том, что школа создает оздоровительно-развивающие условия для организации урочной и внеурочной деятельности в школе. Содержание программы заключается в комплексном, индивидуальном подходе, в диагностике, мониторинге состояния здоровья и развития в образовательном процессе и создании базы для них.

Организация спортивно-массовой работы с детьми школьного возраста.

В программе представлены доступные для учащихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики спортивных игр, развитию физических способностей.

Новизна данной программы определена федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования.

Отличительная особенность

Приоритетное назначение программы - забота о здоровье обучающихся, осуществляемое через создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья.

В программе отражены основные *принципы* спортивной подготовки воспитанников:

Принцип системности предусматривает тесную взаимосвязь содержания соревновательной деятельности и всех сторон учебно-тренировочного процесса: физической, технической, тактической, психологической, интегральной,

теоретической подготовки; воспитательной работы; восстановительных мероприятий; педагогического и медицинского контроля.

Принцип преемственности определяет последовательность изложения программного материала по этапам многолетней подготовки в годичных циклах. Обеспечена преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей физической, технико-тактической и интегральной подготовленности.

Принцип вариативности предусматривает в зависимости от этапа многолетней подготовки, индивидуальных особенностей воспитанника вариативность программного материала для практических занятий, характеризующихся разнообразием тренировочных средств и нагрузок, направленных на решение определенной педагогической задачи.

Реализация программы внеурочной деятельности «Школьный спортивный клуб «Непоседы» по модулям позволяет максимально учесть в образовательном и воспитательном процессе специфику развития обучающихся на каждой ступени, каждого возраста и формировать в любом возрасте социально компетентную личность на основе учёта индивидуальных возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся, роли, значения видов деятельности и форм общения.

Реализации программы на ступени основного образования помогает интенсивно формировать личность и получить подростку правильный нравственный опыт, удовлетворить потребность первостепенной значимости в принадлежности к какой-нибудь группе, а также снизить негативные факторы, обуславливающие различные поведенческие отклонения в этом возрасте: наркоманию, алкоголизм, курение, преступное поведение.

Для старших школьников программа практически готовит их к выполнению всех видов умственной работы взрослого человека, включая самые сложные. Мышление в судейской и инструкторской практике, арбитраж дает обучающимся возможность проникать в сущность вещей, понимать закономерности отношений между людьми. Поэтому в результате усвоения новых знаний перестраиваются и способы мышления. Знания становятся личным достоянием старшеклассника, перерастая в его убеждения, что, в свою очередь, приводит к изменению взглядов на окружающую действительность. Он стоит на пороге вступления в самостоятельную жизнь: профилируется, готовится к труду, к выполнению гражданских обязанностей

Адресат программы

Программа рассчитана на детей 11-17 лет. В учебные группы принимаются все желающие, без специального отбора. Для успешной реализации программы целесообразно объединение детей в учебные группы численностью 10 – 12 человек.

Сроки реализации программы и объем учебных часов

1 год обучения – 204 часа, 6 раз в неделю .

Дата начала реализации программы: 01.09.2023;

Дата окончания реализации программы: 31.05.2024.

Форма обучения: очная

Уровень программы: базовый

Режим занятий: 6 раз в неделю. Один академический час 40 - 45 минут.

1. Цели и задачи

Целью ШСК является пропаганда здорового образа жизни, гражданское и патриотическое воспитание, выявление талантливых детей, укрепление здоровья, вовлечение обучающихся в систематические занятия физической культурой и спортом.

Задачи игр ШСК:

- воспитание у обучающихся социально значимых ценностей – чувства патриотизма, развитие гражданственности, приобщения к истории своей страны, её культуре;
- приобретение соревновательного опыта по различным видам спорта и повышение спортивного мастерства;
- определение сильнейших команд школьного спортивного клуба общеобразовательной организации.

Модули: «Волейбол», «Баскетбол», «Настольный теннис»

- владеть понятиями «Техника игры», «Тактика игры»,
- знать правила игры, владеть основными техническими приемами,
- применять полученные знания в игре
- организация самостоятельных занятий волейболом, баскетболом, настольным теннисом;
- сформировать первичные навыки судейства.

Модули: «Шахматы», «Шашки»:

- ориентироваться на шашечной доске, шахматной доске;
- правильно помещать доску между партнерами,
- применять на практике правила игры,
- решать простейшие комбинации,
- расставлять позиции с заданными условиями.

3. Содержание программы

3.1. Учебный план.

№ п/п	Модули программы	Кол-во часов	класс
1	Волейбол	34	5-11
2	Настольный теннис	68	5-11
3	Баскетбол	34	5-11
4	Шахматы	34	5-11
5	Шашки	34	5-11
Всего		204	

Модуль «Волейбол» Программа представлена следующими разделами:

Обучение технике подачи мяча (8 ч)

Техника нападения (3 ч)

Техника защиты (5ч)

Тактика защиты (4 ч)

Тактика нападения (11 ч)

Игра по правилам с заданием (3 ч)

Модуль «Настольный теннис» Программа представлена следующими разделами:

Выбор ракетки и способы держания. Жесткий хват, мягкий хват, хват «пером».

Разновидности хватки «пером», «малые клещи», «большие клещи».

Удары по мячу накатом. Удар по мячу с полулета, удар подрезкой, срезка, толчок.

Игра в ближней и дальней зонах. Вращение мяча.

Основные положения теннисиста. Исходные положения, выбор места. Способы перемещения. Шаги, прыжки, выпады, броски. Одношажные и двухшажные перемещения.

Подача (четыре группы подач: верхняя, боковая, нижняя и со смешанным вращением). Подачи: короткие и длинные. подача накатом, удары слева, справа, контрнакат (с поступательным вращением). Удары: накатом с подрезанного мяча, накатом по короткому мячу, крученая «свеча» в броске.

Тактика одиночных игр.

Игра в защите.

Основные тактические комбинации.

При своей подаче: а) короткая подача; б) длинная подача. При подаче соперника:

а) при длинной подаче — накат по прямой; б) при короткой подаче — несильный кистевой накат в середину стола.

Применение подач с учетом атакующего и защищающего соперника.

Основы тренировки теннисиста. Специальная физическая подготовка. Упражнения с мячом и ракеткой. Вращение мяча в разных направлениях. Тренировка двигательных реакций. Атакующие удары (имитационные упражнения) и в игре.

Передвижения у стола (скрестные и приставные шаги, выпады вперед, назад и в стороны).

Тренировка удара: накатом у стенки, удары на точность.

Игра у стола. Игровые комбинации. Подготовка к соревнованиям (разминка общая и игровая).

Модуль «Баскетбол» Программа представлена следующими разделами:

Физическая культура и спорт в России. Физическая культура – часть культуры.

Задачи физического воспитания в России: укрепление здоровья, физическое развитие, подготовка к защите Родины.

Сведения о строении и функциях организма человека. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль. Краткие сведения о строении и функциях человеческого организма. Костная система и ее развитие. Связочный аппарат и его функции. Влияние физических упражнений на увеличение мышечной массы и подвижность суставов. Режим дня. Гигиена сна, питания. Гигиена одежды и обуви. Гигиенические требования к инвентарю и спортивной одежде. Предупреждение травм при занятиях баскетболом.

Оборудование и инвентарь, ТБ. Требования к тренировкам по баскетболу. Правила поведения в спортзале и на спортплощадке. Общие требования к занятиям баскетболом. Инвентарь для игры в баскетбол. Уход за инвентарем. Оборудование мест занятий.

Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Влияние физических упражнений на работоспособность.

Правила игры в баскетбол. Права и обязанности игроков. Костюм игроков. Упрощенные правила игры.

Основы судейской терминологии.

Правила соревнований, их организация и проведение. Правила соревнований. Положение о соревнованиях. Расписание игр. Оформление хода и результата соревнований.

Общая и специальная физическая подготовка. Значение общей и специальной физической подготовки для развития спортсмена. Характеристика основных средств и их значение для достижения высокого спортивно-технического мастерства.

Практические занятия. Парные и групповые упражнения: с сопротивлением, перетягивание, переталкивание. Бег: стартовые рывки с места, повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 15 м, бег со сменой направления по зрительному сигналу, ускорения из различных исходных положений, пробегание отрезков 40, 60 м; кросс 300 м. Прыжки: опорные и простые прыжки с мостика, прыжки с доставанием подвешенных предметов, прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх. Метание мячей в движущуюся цель с места и в движении.

Основы техники и тактики баскетбола. Характеристика основных приемов техники: перемещения, ловля, передача, ведение, броски. Значение тактической подготовки для роста спортивного мастерства. Понятие о тактике. Связь техники и тактики. Индивидуальные и групповые тактические действия.

Практические занятия. Техника нападения. Техника передвижения. Прыжки толчком двух ног. Прыжки толчком одной ноги. *Техника владения мячом.* Ловля катящегося мяча. Передачи мяча двумя руками снизу, двумя руками с отскоком от пола. Броски мяча с места одной рукой от плеча, одной рукой сверху. Ведение мяча с изменением скорости передвижения, с изменением высоты отскока, с переводом мяча на другую руку, с изменением направления движения с обводкой препятствий. *Техника защиты. Техника передвижения.* Передвижения в защитной стойке вперед, назад, в стороны. *Техника овладения мячом.* Вырывание мяча. Выбивание мяча.

Тактика нападения. Индивидуальные действия: выбор способа в зависимости от направления и силы полета мяча; выбор способа передачи в зависимости от расстояния; применение способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. *Групповые действия.* Взаимодействия трех игроков - «треугольник». *Командные действия.* Организация командных действий с использованием изученных групповых взаимодействий.

Тактика защиты. Индивидуальные действия: применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действия и расположения нападающего; выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от места нахождения мяча; противодействие выходу на свободное место для получения мяча; действия одного защитника против двух нападающих. *Групповые действия.* Взаимодействия двух игроков – отступление. *Командные действия.* Личная система защиты.

Стритбол («уличный» баскетбол, правила игры). Учебно-тренировочные игры.

Контрольные игры и соревнования. Соревнования по подвижным играм с элементами баскетбола. Учебно-тренировочные игры.

Контрольные испытания. Сдача нормативов по специальной подготовке.

Посещение соревнований. Посещение соревнований по баскетболу и другим видам спорта.

Выполнение проектов (на выбор): «Описание запомнившихся соревнований», «Как организовать придомовые соревнования по баскетболу в летний период» (небольшое сочинение, объём до 70 слов)

Модуль «Шахматы» Программа представлена следующими разделами:

Вводное занятие (1ч.) – знакомство с техникой безопасности на занятиях шахматами, с противопожарной безопасностью, и правилами поведения шахматиста.

Шахматная теория (11ч.) – знакомство с геометрией шахматной доски, правилами передвижения и взятия шахматных фигур, с рокировкой, решением шахматных задач на постановку мата в 1 ход разными фигурами.

Повторение и закрепление (7 ч.) – повторение и закрепление изученного на прошлых занятиях, участие в соревнованиях разного уровня.

Практическая работа (14ч.) – выполнение разнообразных упражнений направленных на закрепление знаний геометрии шахматной доски, правил передвижения и взятия шахматных фигур, выполнение рокировки.

Итоговая аттестация (1 ч.) – подведение итогов обучения за год, анализ работы на занятиях, результаты контрольных опросов, шахматный турнир.

Модуль «Шашки» Программа представлена следующими разделами:

Вводное занятие.

Теория. Знакомство с учащимися, комплектование группы.

Правила: внутреннего распорядка, техники безопасности, охраны труда.

Предмет, задачи, содержание программы.

Выявление уровня подготовленности учащихся.

Организация изучения программного материала.

Основные требования к занимающимся. Основы ТБ и ОТ на занятиях и во время выезда за пределы школы. Форма одежды и гигиена труда.

Правила игры.

Теория. Действие игроков на поле. Жесты судьи. Штрафные санкции. Функции игроков (нападающих, защитников).

Общие основы теории русских шашек:

Теория: Место шашек в системе физического воспитания и спорта. Социальное значение шашек. Исторический обзор развития шашек в России. Появление шашек на Руси. Упоминания о шашках в былинах. Шашки в культурной жизни страны. Первая работа о шашках А.Д. Петрова. Роль литературы и искусства в популяризации русских шашек.

Шашечный кодекс России. Основные правила игры в русские шашки. Основы спортивной квалификации. Организация спортивных соревнований. Шашечная нотация.

Дебют (начало) шашечной партии Значение дебюта в русских шашках:

а) стратегическая функция; б) форсированный характер многие дебютных вариантов.

Важность понимания идеи дебюта и в тоже время - точности при разыгрывании дебютных вариантов. Цель хода 1. cd4 - развитие левого фланга белых (cd4, bc3, cb4). «Отыгрыш» - первые 5-6 ходов Середина (миттельшпиль) шашечной партии. Преимущество центральных шашек перед бортовыми. Изолированные шашки. Определение комбинации. Фланги - недопустимость заметного ослабления одного из них. Значение ударных колонн. Шашки первого ряда, их связь с укреплением и ослаблением позиции, порядок введения в игру. «Золотая шашка», Комбинация, Финальный удар. Простейшие элементы комбинации: устранение «мешающих» шашек и «доставка» недостающих, подрыв слабых полей Эндшпиль (окончание) шашечной партии.

Правила проведения соревнований. Виды соревнований и определение

победителей. Виды критериев в случае равенства очков. Награждение победителей.

Основы тренировки юного шашкиста. Введение в комбинации. Элементарные комбинации на выигрыш одной, двух и более шашек. Комбинации – одноходовки. Петля. Четыре дамки против одной. Треугольник Петрова. Борьба простых. Размен, темп, оппозиция. Скользящий размен. Запирание, распутье, вилка (прост. приемы).

Практическая подготовка шашкистов: Практика. Применение знаний, полученных в процессе теоретической подготовки.

Участие в соревнованиях, анализ и разбор партий

Теория: разбор шашечных партий и партий победителей. Практика: Квалификационные турниры в секции. Личные соревнования. Товарищеские поединки.

Тестирование. Теория: Рассказ о тестах. Практика: Контрольные вопросы по тактике и стратегии игры

Психологическая подготовка. Теория: Рассказ о значимости такой подготовки
Практика: Блок упражнений, направленных на воспитание воли; самовоспитания; самовнушения, интуиции; упражнения для снятия напряжения; упражнения, способствующие возникновению возбуждения; аутогенная тренировка.

Итоговое занятие. Теория: Анализ проведённой работы. Задание на лето

Занятия рассчитаны на коллективную, групповую и индивидуальную работу. Они построены таким образом, что один вид деятельности сменяется другим. Каждое занятие программы внеурочной деятельности состоит из трех частей: подготовительной, основной и заключительной. Подготовительная часть включает в себя актуализацию имеющихся знаний и включение обучающихся в процесс целеполагания. В основной части занятия обучающиеся знакомятся с содержанием различных учебных задач, в том числе проектного или исследовательского характера, выбирают уровень их выполнения (базовый или повышенный), анализируют их, взаимодействуют в процессе их выполнения, коллективно решают.

В процессе прохождения по программе, наряду с традиционными занятиями используются современные образовательные технологии: деловые, ролевые, интеллектуальные игры, тренинги, исследовательская и проектная деятельность обучающихся, ИКТ-технологии и др., происходит процесс интеграции урочной и внеурочной деятельности на основе системно-деятельностного подхода, как методологической основы ФГОС.

Основными направлениями деятельности школьного спортивного клуба являются:

- проведение внутришкольных спортивных соревнований (товарищеских встреч между классами, спортивными командами);
- выявление лучших спортсменов класса, школы;
- награждение грамотами, дипломами, жетонами, значками лучших спортсменов, команд – победителей в школьных соревнованиях;

- поощрение лучших спортсменов и активистов клуба;
- пропаганда физической культуры и спорта в школе;
- участие учеников в спортивных конкурсах.
- Проведение дней здоровья в школе.
- Информационное обеспечение спортивной жизни школы через сменные информационные стенды, интернет и т.д.

3.2. Содержание учебного плана.

Модуль: «Волейбол»

За основу конструирования и реализации данного модуля взята Программа физического воспитания для обучающихся общеобразовательных учреждений на основе автора В.И. Лях «Физическая культура. Рабочие программы. 5 – 11 класс», Москва «Просвещение», 2016

Модуль: «Настольный теннис»

Реализация данного модуля предусматривает использование возможностей урочной деятельности по предмету « физическая культура», внеурочных секционных занятий. А.Н. Амелин. Современный настольный теннис. М.: Ф и С, 2012год и Ю.П.Байгулов. Основы настольного тенниса. М.: Ф и С, 2011год.

Модуль: «Баскетбол»

Модуль ориентирован на детей, участвующих или потенциально готовящихся к участию в спортивных соревнованиях различного уровня, школьных спартакиадах и т.п.

За основу конструирования и реализации данного модуля по баскетболу использована Рабочая программа разработана с учетом комплексной программы по физической культуре (Лях, В. И. Физическая культура. 5-11 классы. Рабочие программы /В. И. Лях. - М. : Просвещение, 2014).

Модуль: «Шахматы»

Данный модуль разработан для детей 12 – 17 лет, обучающимся по новым федеральным государственным стандартам и направлена на реализацию задач внеурочной деятельности в рамках введения федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

Модуль: «Шашки»

Модуль предназначен для изучения материала по теории и истории шашек, и предусматривает участие в соревнованиях. Занятия шашками развивают у обучающихся мышление, память, внимание, творческое воображение, наблюдательность, строгую последовательность рассуждений. На протяжении всего периода обучения юные шашкисты овладевают важными логическими операциями: анализом и синтезом, сравнением, обобщением, обоснованием выводов.

3.3. Планируемый результат.

Личностные результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности «Школьный спортивный клуб»:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;
- проявление позитивных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях;
- проявление дисциплинированности и упорства в сохранении и укреплении личного здоровья и здоровья окружающих людей;
- оказание бескорыстной помощи окружающим людям, в т. ч. сверстникам, в сохранении и укреплении их здоровья;
- широкий кругозор, осведомленность об основных событиях и изменениях в жизни школы, района;
- умение организовывать свою деятельность и деятельность обучающихся для достижения намеченных целей;
- конструктивно реагировать на ошибки и трудности, возникающие в процессе совместной деятельности;
- своевременно вносить коррективы в свое поведение, намеченный план действий в зависимости от сложившейся ситуации.

Метапредметные результаты освоения обучающимися программы:

- осознание здоровья как социокультурного феномена в контексте физического,
- психологического и социального здоровья, его объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- планирование и организация самостоятельной спортивно-оздоровительной деятельности (учебной и досуговой) с учетом требований сохранения и совершенствования индивидуального здоровья во всех его проявлениях;
- анализ и объективная оценка результатов собственной деятельности;
- управление своим эмоциональным состоянием при общении со сверстниками и взрослыми с целью сохранения эмоционального благополучия.

Предметные результаты освоения обучающимися программы:

Модули: «Волейбол», «Баскетбол», «Настольный теннис»

- владеть понятиями «Техника игры», «Тактика игры»,
- знать правила игры, владеть основными техническими приемами,
- применять полученные знания в игре
- организация самостоятельных занятий волейболом, баскетболом, настольным теннисом;
- сформировать первичные навыки судейства.

Модули: «Шахматы», «Шашки»:

- ориентироваться на шашечной доске, шахматной доске;
- правильно помещать доску между партнерами,
- применять на практике правила игры,
- решать простейшие комбинации,
- расставлять позиции с заданными условиями.

А так же:

- приобретут представление о здоровье и здоровом образе жизни как о сложных социокультурных феноменах;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- доносить информацию по здоровьесберегающей тематике в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми;
- использовать речевые средства и средства ИКТ для решения коммуникативных и познавательных задач; знаково-символические средства представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- овладеют различными способами поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве Интернета), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации.

II. Комплекс организационно-педагогических условий

1. **Календарный учебный график дополнительной общеобразовательной программы «.....»**

Год обучения	1 год
Дата начала занятий	1.09.2023
Дата окончания занятий	31.05.2024
Количество учебных недель	34
Количество учебных дней	204
Режим занятий	6 раз в неделю. Один академический час 40 - 45 минут.
Сроки проведения промежуточной аттестации	май

2. Условия реализации программы

Материально – техническое обеспечение помещения.

Информационное обеспечение.

Для успешного функционирования необходимо хорошее учебно-материальное обеспечение, которое включает помещение для занятий, спортивный зал, который соответствует всем санитарно-гигиеническим и психогигиеническим нормам.

Помещение оборудовано всем необходимым для работы: столы, стулья, Шашечные и шахматные доски, шашки, шахматы, методическая литература.

Для эффективной работы уделяется внимание воспитательной работе. Обучающиеся выполняют правила поведения, посещают занятия, поддерживают дружеские отношения друг с другом, выполняют все задания преподавателя.

№ п/п	Учебно-практическое оборудование	Наличие
1.	Комплект щитов баскетбольных с кольцами (шт.)	2
2.	Мячи баскетбольные (шт.)	10
3.	Мячи волейбольные (шт.)	15
4.	Мячи футбольные (шт.)	10
5.	Стойки волейбольные (пристенные) (шт.)	2
6.	Сетка волейбольная (шт.)	2
7.	Стойки для обводки	2
8.	Скамейки гимнастические жесткие (шт.)	2
9.	Стойки для прыжков в высоту (шт.)	2
10.	Планка для прыжков в высоту (шт.)	1
11.	Рулетка измерительная (шт.)	1
12.	Маты гимнастические (шт.)	5
13.	Мяч набивной (1, 2кг.) (шт.)	8
14.	Комплект навесного оборудования на гимнастическую стенку (перекладина, брусья,	1

	мишень для метания) (шт.)	
15.	Мячи теннисные (шт)	20
16.	Стенка гимнастическая (шт)	4
17.	Козел гимнастический (шт.)	1
18.	Конь гимнастический (шт.)	-
19.	Перекладина гимнастическая (шт.)	1
20.	Канат для лазания с механизмом крепления (шт.)	1
21.	Мост гимнастический подкидной (шт.)	1
22.	Лыжный инвентарь (лыжи, ботинки, крепления, палки — пар)	8
23.	Тренажеры (уличные) (шт.)	-
24.	Теннисные столы (шт.)	4
25.	Ракетки для игры в настольный теннис (шт.)	8
26.	Мячи для игры в настольный теннис (шт.)	50
27.	Аптечка медицинская (шт.)	1
28.	Экран на штативе или навесной (шт.)	-
29.	Весы напольные электронные (шт.)	-
30.	Коврики гимнастические (шт.)	-
31.	Мяч для метания 150г (шт.)	3
32.	Граната для метания 500, 700гр (шт.)	3
33.	Скакалка гимнастическая (шт.)	5
34.	Палка гимнастическая (шт.)	6
35.	Платформа для сгибания и разгибания рук в упоре лежа (шт.)	1
36.	Гимнастический мяч большой (фит-бол) (шт.)	-
37.	Гимнастический мяч малый (шт.)	-
38.	Обруч гимнастический (шт.)	8
39.	Тактильная дорожка (шт.)	-
40.	Гантели разно весовые (шт.)	4
41.	Конусы (шт.)	10

Кадровое обеспечение.

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим опыт работы с детьми не менее года, педагогическое образование учителем физической культуры Сушкевич Сергеем Владимировичем

3. Формы аттестации и оценочные материалы.

На основании спортивных побед присваиваются награды. Все спортивные грамоты, завоеванные спортсменами, выдаются им на руки, а ксерокопии вывешиваются на стенде клуба.

Тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков (в течение года).

Анкетирование.

Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

Календарные игры применяются с целью использования в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действий.

Шахматные турниры, выполнение практических заданий, итоговая аттестации. Эти мероприятия являются контрольными и служат показателем освоения детьми программы.

Участие в районных соревнованиях по волейболу, настольному теннису, баскетболу, шахматам, шашкам, и формирование сборной команды школы, должны определить результативность программы.

4. Методическое обеспечение программы.

Календарный учебный график

Модуль «Волейбол»

№ п/п	Раздел	Тема	Кол-во часов	Содержание занятия	Дата	
					План	Факт
1	Обучение технике подачи мяча (16 ч)	Нижняя прямая подача.	1	Подводящие упражнения для нижней прямой подачи. Специальные упражнения для нижней прямой подачи. Подача на точность.		
2		Нижняя боковая подача.	1	Подводящие упражнения для нижней боковой подачи. Специальные упражнения для нижней боковой подачи. Учебная игра.		
3		Верхняя прямая подача	1	Подводящие упражнения для верхней прямой подачи. Специальные упражнения для верхней боковой подачи.		

				Развитие координации. Учебная игра.		
4		Подача с вращением мяча.	1	Подводящие упражнения для подачи с вращением мяча. Специальные упражнения для подачи с вращением мяча.		
5		Подача с вращением мяча.	1	Специальные упражнения через сетку (в паре). Упражнения для развития ловкости, гибкости. Учебная игра.		
6		Подача в прыжке.	1	Подводящие упражнения для подачи в прыжке. Специальные упражнения для подачи в прыжке.		
7		Подача в прыжке.	1	Развитие прыгучести. Упр. для развития взрывной силы. Учебная игра.		
8		Верхняя передача мяча	1	Передачи в прыжке над собой, назад (короткие, средние, длинные) Передача двумя с поворотом, одной рукой. Развитие координации. Учебная игра.		
9	Техника нападения (3 ч)	Передача в прыжке	1	Упражнения с набивными мячами, с баскетбольными мячами. Специальные упражнения в парах на месте. Специальные упражнения в парах, тройках с перемещением. Специальные упражнения у сетки. Учебная игра.		
10		Нападающий удар.	1	Упражнения для напрыгивания. Специальные упражнения у стены в опорном положении. Специальные упражнения на подкидном мостике.		
11		Нападающий удар.	1	Специальные упр. в парах через сетку. Упр. для развития прыгучести, точности удара. Учебная игра.		
12	Техника защиты	Приемы мяча.	1	Упр. для перемещения игроков. Имитационные		

	(5 ч)			упражнения с баскетбольным мячом по технике приема мяча (на месте, после перемещений). Специальные упражнения в парах, тройках без сетки. Специальные упражнения в парах через сетку. Учебная игра.		
13		Прием мяча с падением.	1	Падение на спину, бедро – спину, набок, на голени, кувырок, на руки – грудь.		
14		Прием мяча с падением.	1	Учебная игра. Акробатические упражнения.		
15		Блокирование одиночное	1	Упр. для перемещения блокирующих игроков. Имитационные упр. по технике блокирования (на месте, после перемещения).		
16		Блокирование групповое	1	Имитационные упражнения с баскетбольными мячами (в паре). Специальные упр. через сетку (в паре). Упр. по технике группового блока. Учебная игра.		
17	Тактика защиты (4 ч)	Групповые действия в защите внутри линии и между линиями.	1	Упражнения на развитие прыгучести и прыжковой ловкости волейболиста. Учебная игра.		
18		Элементы гимнастики и акробатики в занятиях волейболиста.	1	Технико-тактические действия в защите при страховке игроком б зоны. Упражнения для развития быстроты перемещения. Учебная игра.		
19		Элементы баскетбола в занятиях волейболистов.	1	Технико-тактические действия в защите для страховки крайним защитником, свободным от блока. Учебная игра		
20		Индивидуальные тактические действия при приеме подачи.	1	Прием мяча от сетки. Индивидуальные тактические действия при приеме нападающего удара. Развитие координации. Учебная игра.		
21	Тактика нападения (11 ч)	Индивидуальные и групповые действия нападения.	1	Групповые взаимодействия. Командные действия в нападении. Взаимодействие		

				игроков внутри линии и между линиями.		
22		Индивидуальная тактика подач.	1	Выполнение вторых передач. Подбор упражнений для развития быстроты перемещений. Учебная игра.		
23		Индивидуальная тактика передач мяча.	1	Взаимодействие игроков. Игра в защите игроков и команды в целом.		
24		Индивидуальная тактика приёма мяча.	1	Групповые взаимодействия. Упражнения для развития ловкости, гибкости. Учебная игра.		
25		Индивидуальные тактические действия при выполнении первых передач на удар.	1	Передача в прыжке, отвлекающие действия при вторых передачах.		
26		Индивидуальные тактические действия при выполнении первых передач на удар.	1	Упражнения для воспитания быстроты ответных действий. Упражнения на расслабление. Боковой нападающий удар, подача в прыжке. СФП. Упражнения для совершенствования ориентировки игрока. Учебная игра.		
27		Тактика нападающего удара.	1	Нападающий удар задней линии. СФП. Подбор упр. для развития специальной силы. Учебная игра.		
28		Индивидуальные тактические действия блокирующего игрока.	1	Упражнения для развития прыгучести. Нападающий удар толчком одной ноги. Подбор упражнений для развития взрывной силы. Учебная игра.		
29		Отвлекающие действия при нападающем ударе.	1	Упр. для развития гибкости. Техничко-тактические действия нападающего игрока (блок – аут). Упр. для развития силы		
30		Отвлекающие действия при нападающем ударе.	1	Переход от действий защиты к действиям в атаке (и наоборот). Учебная игра.		

31		Взаимодействия нападающего и пасующего	1	Передача мяча одной рукой в прыжке. Учебная игра.		
32	Игра по правилам с заданием (3 ч)	Групповые действия в нападении через игрока передней линии.	1	Обманные нападающие удары. Групповые действия в нападении через игрока задней линии. Подбор упражнений для развития взрывной силы. Учебная игра.		
33		Командные действия в защите	1	Учебная игра с заданием.		
34		Командные действия в защите	1	Учебная игра с заданием.		

Модуль «Настольный теннис»

№	Тема урока	Характеристика видов деятельности	Кол-во часов	Д
				а
				План
1	Физическая культура в современном обществе.	Изучают значение и роль настольного тенниса в современном обществе.	1	
2	История развития настольного тенниса, и его роль в современном обществе.	Понимать историю развития настольного тенниса.	1	
3	Оборудование и спортивный инвентарь для настольного тенниса.	Ознакомление с инвентарем настольного тенниса	2	
4	Правила безопасности игры. Правила соревнований.	Ознакомление с правилами безопасности на занятиях настольным теннисом. Ознакомление с правилами соревнований. Соблюдение правил техники безопасности.	2	
5	Выбор ракетки и способы держания.	Ознакомление с инвентарем настольного тенниса и правильность его выбора.	2	
6	Жесткий хват, мягкий хват, хват «пером».	Осваивать элементы владения	2	
7	Разновидности хватки «пером», «малые клещи», «большие клещи».	Осваивать разновидности хватки ракетки.	2	
8	Удары по мячу накатом.	Осваивать технику выполнения ударов разными способами.	2	
9	Удар по мячу с полулета Удар подрезкой, срезка, толчок.	Осваивать технику выполнения ударов разными способами.	2	
10	Игра в ближней и дальней зонах.	Соблюдать правила игры.	2	

11	Вращение мяча	Выявлять возможные вращения мяча.	2	
12	Тактика одиночных игр	Соблюдать правила игры.	2	
13	Основные положения теннисиста.	Осваивать основные положения теннисиста.	2	
14	Исходные положения, выбор места.	Определять исходные	2	
15	Способы перемещения.	Рассказать и понимать способы перемещения игрока во время игры.	2	
16	Шаги, прыжки, выпады, броски.	Использовать игровые действия для развития физических качеств.	2	
17	Одношажные перемещения.	Называть и различать перемещения.	2	
18	Двухшажные перемещения.	Называть и различать перемещения.	2	
19	Верхняя подача	Осваивают технику подачи мяча.	2	
20	Боковая подача	Осваивают технику подачи мяча.	2	
21	Нижняя подача	Осваивают технику подачи мяча.	2	
22	Со смещенным вращение подача	Осваивают технику подачи мяча.	2	
23	Короткая подача	Осваивают технику подачи мяча.	2	
24	Длинная подача	Осваивают технику подачи мяча.	2	
25	Подача накатом.	Демонстрируют различные виды подач.	2	
26	Удары слева	Демонстрируют различные виды подач.	2	
27	Контратака	Демонстрируют различные виды подач.	2	
28	Удар накатом с подрезанного мяча .	Осваивают технику удара мяча.	3	
29	Удар накатом по короткому мяча.	Осваивают технику удара мяча.	3	
30	Удар крученой «свечкой» в броске.	Осваивают технику удара мяча.	3	
31	Промежуточная аттестация .	Контроль техники ударов.	1	
32	Учебно-тренировочная игра.	Демонстрируют технику подачи и удара мяча. Соблюдения правил игры.	2	
33	Совершенствование техники в игре	Демонстрируют технику подачи и удара мяча. Соблюдения правил игры.	2	
34	Совершенствование техники в игре	Демонстрируют технику подачи и удара мяча. Соблюдения правил игры.	2	

Модуль «Баскетбол»

№	Дата	Название темы	Примечания
---	------	---------------	------------

1.	Физическая культура – важнейшее средство воспитания и укрепления здоровья учащихся. История развития баскетбола. ОФП. Прыжки с толчком с двух ног.	
2.	Техника передвижения приставными шагами. Передача мяча двумя руками от груди.	
3.	Техника передвижения при нападении. Способы ловли мяча.	
4.	Личная и общественная гигиена. Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча. Бросок мяча двумя руками от груди.	
5.	Физическая подготовка юного спортсмена. СФП Взаимодействие трех игроков «треугольник».	
6.	Техника ведения мяча. Ведение мяча с переводом на другую руку.	
7.	Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	
8.	Ловля двумя руками «низкого мяча». Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	
9.	Закаливание организма спортсмена. Учебная игра. Контрольные испытания.	
10	Командные действия в нападении. Ведение мяча с изменением скорости передвижения.	
11	Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. ОФП Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	
12	Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. СФП Систематический врачебный контроль за юными спортсменами как основа достижений в спорте. ОФП	
13	Командные действия в нападении. Выбор места по отношению к нападающему с мячом.	

14	<p>Противодействие выходу на свободное место для получения мяча.</p> <p>Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.</p>	
15	<p>Воспитание нравственных и волевых качеств личности юного спортсмена. Психологическая подготовка в процессе тренировки</p> <p>Индивидуальные действия при нападении.</p>	
16	<p>Самоконтроль в процессе занятий спортом. СФП</p> <p>Бросок мяча одной рукой от плеча.</p>	
17	<p>Выбор способа передачи в зависимости от расстояния.</p> <p>Общая характеристика спортивной тренировки. Учебная игра.</p>	
18	<p>Взаимодействие двух игроков «подстраховка».</p> <p>Методы спортивной тренировки.</p> <p>ОФП.</p>	
19	<p>Совершенствование техники передачи мяча.</p> <p>Учет в процессе тренировки.</p> <p>Бросок мяча одной рукой от плеча.</p>	
20	<p>Совершенствование техники передачи мяча.</p> <p>Техническая подготовка юного спортсмена.</p>	
21	<p>Тактика защиты.</p> <p>Стойка защитника с выставленной ногой вперед.</p>	
22	<p>Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча.</p> <p>Действия одного защитника против двух нападающих.</p>	
23	<p>Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.</p> <p>Ведение мяча с изменением направления с обводкой препятствия.</p>	
24	<p>Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.</p> <p>Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча.</p>	
25	<p>Взаимодействие двух игроков «подстраховка».</p> <p>Выбор места по отношению к нападающему с мячом.</p>	

26	Переключение от действий в нападении к действиям в защите. Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра.	
27	Защитные стойки. Защитные передвижения.	
28	Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих. Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от местонахождения мяча.	
29	Чередование упражнений на развитие физических качеств применительно к изучению технических приемов. Ведение мяча с изменением высоты отскока.	
30	Правила игры и методика судейства. Учебная игра. Организация командных действий.	
31	Бросок мяча одной рукой сверху. Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону.	
32	Техника овладения мячом. Техника броска мяча одной рукой от плеча.	
33	Совершенствование техники ведения мяча. Контрольные испытания. СФП	
34	Многочисленное выполнение технических приемов и тактических действий. Учебная игра.	

Модуль «Шахматы»

№ п/п	Дата	Кол-во часов	Тема занятия
1		1	Вводное занятие. Техника безопасности, противопожарная безопасность, правила поведения на занятиях. В стране шахматного короля.
2		1	Волшебная доска. Геометрия шахматной доски. Центр. Горизонталь, вертикаль, диагональ.
3		1	Волшебная доска. Цифры и буквы.
4		1	Практическая работа.
5		1	Шахматные фигуры. Начальная расстановка.

6		1	Шахматная фигура Ладья. Шахматная фигура Слон.
7		1	Ладья против слона. Практическая работа.
8		1	Шахматная фигура Ферзь. Решение задач.
9		1	Шахматная фигура Конь. Практическая работа.
10		1	Пешка. Практическая работа.
11		1	Шахматная фигура Король.
12		1	Шах и мат. Практическая работа.
13		1	Мат в один ход.
14		1	Ничья и пат. Практическая работа.
15		1	Рокировка.
16		1	Шахматная партия.
17		1	Практическое занятие по игре в шахматы.
18		1	Практическое занятие по игре в шахматы.
19		1	Практическое занятие по игре в шахматы.
20		1	Как начинать шахматную партию. Начало шахматной партии.
21		1	Практическое занятие по игре в шахматы.
22		1	Как записывать шахматную партию.
23		1	Практическое занятие по игре в шахматы.
24		1	Хосе Рауль Капабланка. Основные законы дебюта. Ловушки. «Детский мат».
25		1	Практическое занятие по игре в шахматы.
26		1	Кто сколько стоит (ценность фигур).
27		1	Практическое занятие по игре в шахматы.
28		1	Решение задач на постановку шаха, мата и пата.
29		1	Практическое занятие по игре в шахматы.
30		1	Махгилис (Макс) Эйве. Мат одинокому королю. Линейный мат. Мат двумя ладьями.

31		1	Практическое занятие по игре в шахматы.
32		1	Практическое занятие по игре в шахматы.
33			Практическое занятие по игре в шахматы.
34			Итоговая аттестация: тестирование, шахматный турнир.

Модуль «Шашки»

№ п/п	Дата	Кол-во часов	Тема занятия
1.		1	Тактические приемы: жертвы для завлечения.
2.		1	Анализ сыгранных партий
3.		1	Тактические приемы: жертвы шашками для связки
4.		1	Тактические приемы: жертвы шашками для связки
5.		1	Тактические приемы: жертвы шашками для связки. Основные приемы борьбы на шашечной доске.
6.		1	Тактические приемы: жертвы шашками для связки. Основные приемы борьбы на шашечной доске.
7.		1	Тактические приемы: жертва шашкой для усиления позиции
8.		1	Тактические приемы: жертва шашкой для усиления позиции
9.		1	Тактические приемы: жертва шашкой для усиления позиции
10.		1	Тактические приемы: жертва шашкой для усиления позиции
11.		1	Теоретические сведения. Тактические приемы: контр нападение.
12.		1	Теоретические сведения. Тактические приемы: контр нападение.
13.		1	Тактические приемы: контр нападение.
14.		1	Тактические приемы: контр нападение.
15.		1	Практическое закрепление материала. Анализ сыгранных партий.
16.		1	Практическое закрепление материала. Анализ сыгранных партий.
17.		1	Тренировочные и соревновательные турниры
18.		1	Тренировочные и соревновательные турниры

19.		1	Контрудар. Основные приемы борьбы на шашечной доске.
20.		1	Контрудар. Основные приемы борьбы на шашечной доске.
21.		1	Цели игры и определение результата партии. Анализ сыгранных партий.
22.		1	Цели игры и определение результата партии. Анализ сыгранных партий.
23.		1	Тактические приемы: угроза контр нападения
24.		1	Тактические приемы: угроза контр нападения
25.		1	Тактические приемы: Ловушки в шашках.
26.		1	Тактические приемы: Ловушки в шашках.
27.		1	Практическое закрепление материала Анализ сыгранных партий.
28.		1	Практическое закрепление материала Анализ сыгранных партий.
29.		1	Комбинации. Треугольник Петрова. Анализ сыгранных партий
30.		1	Комбинации. Треугольник Петрова. Анализ сыгранных партий
31.		1	Тренировочные и соревновательные турниры. Основные приемы борьбы на шашечной доске
32.		1	Тренировочные и соревновательные турниры. Основные приемы борьбы на шашечной доске
33.		1	Подведение итогов учебной и соревновательной деятельности.
34.		1	Подведение итогов учебной и соревновательной деятельности.
35.	итого	34	

5. Список литературы

Список литературы, рекомендованный для педагогов.

1. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования второго поколения . М.: Просвещение, 2011
2. Примерные программы внеурочной деятельности. М.: Просвещение, 2011
3. Внеурочная деятельность школьников . Методический конструктор. М.: Просвещение 2011
4. Г.Б. Барчукова, В.А. Воробьев. Настольный теннис: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ. М.: Советский спорт, 2014год.
5. А.Н. Амелин. Современный настольный теннис. М.: Ф и С, 2012год.

6. Ю.П.Байгулов. Основы настольного тенниса. М.: Ф и С, 2011год.
7. О.В. Матыцин. Настольный теннис. Неизвестное об известном. М.: РГАФК,2014год.
8. Зимин А.М. «Первые шаги в баскетболе. Учебное пособие для учащихся и учителей» М.: «Просвещение» 1992г.
9. Колос В.М. «Баскетбол: теория и практика» Минск 1989г.
10. Матвеев А.П. «Оценка качества подготовки учеников основной школы по физической культуре М. «Дрофа» 2001 год.
11. Монаков Г.В. «Техническая подготовка футболистов, методика и планирование», М: ФиС, 2000.
12. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/Г.А.Колодиницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов.- М.: Просвещение, 2011.-77с.: ил.- (Работаем по новым стандартам).
13. Гомельский А.А. Будни баскетбола. - М.: 1964.
14. Гомельский А.А. Тактика баскетбола. - М.: 1966.
15. Примерные программы по учебным предметам. П76 Физическая культура. 5-9 классы: проект.- 3-е изд.- М.: Просвещение, 2011.-61с.-(Стандарты второго поколения).
16. Справочник учителя физической культуры/авт.-сост. П.А. Киселев, С.Б. Кисилева.- Волгоград: Учитель, 2011.- 251с.
17. Методические рекомендации «Организация внеурочной деятельности в образовательных учреждениях в рамках введения ФГОС общего образования»
18. Амелин А.Н., Современный настольный теннис. М.: ФиС, 2012 г.
19. Барчукова Г., Настольный теннис. М, 2014 г.
20. Байгулов Ю.П., Романин А.Н. Основы настольного тенниса. М.: ФиС, 2011
21. В.Д. Ковалёв, «Спортивные игры». Москва 2014 г
22. Иванов В.С., Теннис на столе. М, 2015 г.
23. «Внешкольник» №8/2004 г., с. 2 – 4 «О развитии шахматного образования в системе образования РФ».
24. Костров В., Давлетов Д. «Уроки шахмат» - 2006 г. – М.; ООО «Издательство Астрель».
25. Петрушина Н.М. «Шахматный учебник для детей» - 2008 г. – Ростов-на-Дону; «Феникс».
26. Пожарский В. «Школа шахмат» - 2008 г. - Ростов-на-Дону; «Феникс».
27. Маньшин С.С., Громов Г.В. Программа подготовки юных шашкистов. 1 часть.
28. Русские шашки. – СПб. 1992.
29. Султанов Р.А. Шашки (Интегрированный курс подготовки шашкистов для групп начальной подготовки, учебно-тренировочных групп, групп спортивного совершенствования, групп высшего спортивного мастерства). – Нижний Тагил,
32. 2009. – 46

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<http://www.fizkulturvshkole.ru>
<http://fizkultura-na5.ru>
<http://sanseyvlad89.blogspot.ru>

<http://fizkulturavshcole.narod.ru>
<http://angeloc65.ucoz.ru>
<https://resh.edu.ru/>
<https://www.gto.ru/norms>

Список литературы, рекомендованный обучающимся и родителям.

1. Г.Б. Барчукова, В.А. Воробьев. Настольный теннис: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ. М.: Советский спорт, 2014год.
2. А.Н. Амелин. Современный настольный теннис. М.: Ф и С, 2012год.
3. Ю.П.Байгулов. Основы настольного тенниса. М.: Ф и С, 2011год.
4. О.В. Матыцин. Настольный теннис. Неизвестное об известном. М.: РГАФК,2014год.
5. Зимин А.М. «Первые шаги в баскетболе. Учебное пособие для учащихся и учителей» М.: «Просвещение» 1992г.
6. Колос В.М. «Баскетбол: теория и практика» Минск 1989г.
7. Матвеев А.П. «Оценка качества подготовки учеников основной школы по физической культуре М. «Дрофа» 2001 год.
8. Монаков Г.В. «Техническая подготовка футболистов, методика и планирование», М: ФиС, 2000.
9. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/Г.А.Колодиницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов.- М.: Просвещение, 2011.-77с.: ил.- (Работаем по новым стандартам).
10. Гомельский А.А. Будни баскетбола. - М.: 1964.
11. Гомельский А.А. Тактика баскетбола. - М.: 1966.
12. Примерные программы по учебным предметам. П76 Физическая культура. 5-9 классы: проект.- 3-е изд.- М.: Просвещение, 2011.-61с.-(Стандарты второго поколения).
13. Справочник учителя физической культуры/авт.-сост. П.А. Киселев, С.Б. Кисилева.- Волгоград: Учитель, 2011.- 251с.
14. Методические рекомендации «Организация внеурочной деятельности в образовательных учреждениях в рамках введения ФГОС общего образования»
15. Амелин А.Н., Современный настольный теннис. М.: ФиС, 2012 г.
16. Барчукова Г., Настольный теннис. М, 2014 г.
17. Байгулов Ю.П., Романин А.Н. Основы настольного тенниса. М.: ФиС, 2011