**Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ физкультурно-спортивной направленности, построенных по модульному принципу**

1. Общие положения
   1. Настоящие методические рекомендации разработаны в рамках реализации постановления Правительства Самарской области от 29.10.2018 № 616 «О реализации в Самарской области в 2019 году мероприятий по формированию современных управленческих и организационно-экономических механизмов в системе дополнительного образования детей, в том числе по внедрению целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» в соответствии с распоряжением Правительства Самарской области от 09.08. 2019 № 748-р «О внедрении модели функционирования системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе сертификатов персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам», в целях обеспечения единства принципов организации системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области при проведении экспертизы (добровольной сертификации) дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ на предмет выполнения условий для их включения в реестр образовательных программ в соответствии с Разделом V. Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области (ПФДО) на основе сертификата персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам (утверждены приказом министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019 № 262-од).

Методические рекомендации адресованы педагогам-разработчикам дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ физкультурно-спортивной направленности, включенных в систему ПФДО; руководителям образовательных организаций, утверждающим данные программы; экспертам, определяющим их качество.

Методические рекомендации не являются нормативным актом, но рекомендуются к использованию при разработке и оценке качества дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы физкультурно-спортивной направленности, построенной по модульному принципу.

* 1. Нормативными основаниями для разработки данных методических рекомендаций являются:
* Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273);
* Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. №996-р);
* Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
* Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
* Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
* Приказ министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019г. № 262-од «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе сертификата персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам»;
* **Письмо** Министерства образования и науки Российской Федерации **от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «**Методические рекомендации по проектированию дополнительных (общеразвивающих) программ» (включая разноуровневые программы);
* Письмо министерства образования и науки Самарской области от 3 сентября 2015 г. № МО -16-09-01/826-ТУ «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ»;
* Письмо министерства образования и науки Самарской области от 30 марта 2020 г. № МО-16.09.01/434-ТУ «Методические рекомендации по подготовке к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО».
  1. Организации, реализующие дополнительные общеобразовательные (общеразвивающие) программы физкультурно-спортивной направленности

Дополнительное образование физкультурно-спортивной направленности в системе образования осуществляется в следующих образовательных организациях, реализующих дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы:

* дошкольные образовательные организации;
* общеобразовательные организации;
* СП общеобразовательных организаций;
* организации дополнительного образования с наименованием:
* детско-юношеские спортивные школы (ДЮСШ);
* детские оздоровительно-образовательные центры (ДООЦ);
* детско-юношеские клубы физической подготовки (ДЮКФП);
* центры дополнительного образования детей, реализующие дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности;
* дворцы и дома детского (юношеского) творчества, реализующие дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности.
* иные организации, в составе которых имеются специализированные образовательные структурные подразделения, предметом деятельности которых является реализация дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ физкультурно-спортивной направленности.
  + 1. Организации, осуществляющие образовательную деятельность, реализуют дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности, в течение всего календарного года, включая каникулярное время. (Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»). Возможность их реализации в образовательных организациях определяется государственным (муниципальным) заданием и утвержденным Учредителем планом финансово-хозяйственной деятельности (ФХД) согласно нормативу финансирования государственной (муниципальной) услуги.

Организации, осуществляющие образовательную деятельность, ежегодно обновляют дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности с учетом развития науки, техники, культуры, экономики, технологий и социальной сферы. (Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»).

Дополнительные **обще**образовательные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности рассматриваются и рекомендуются к реализации органом общественного управления (педагогическим, методическим, тренерским советом) на основании полномочий, определенных локальным актом образовательной организации и утверждаются руководителем образовательной организации   (что фиксируется на титульном листе).

Порядок рассмотрения, утверждение программы, ее обновление должно осуществляться в сроки, определенные локальным правовым актом образовательной организации до начала нового учебного года.

Организация образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам относится к полномочиям образовательной организации.

1. Структура дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности, построенной по модульному принципу

2.1. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности, построенная по модульному принципу, имеет следующую структуру:

* Титульный лист
* Пояснительная записка
* Содержание программы
* Ресурсное обеспечение
* Список литературы
* Приложения

2.1.1. На титульном листе перед названием образовательной организации указывается учредитель, ниже указывается наименование образовательной организации (сверху в центре листа); кем рассмотрена и рекомендована (принята) программа, номер протокола и дата (левый верхний угол лист); где, когда и кем утверждена программа (правый верхний угол); название программы; направленность программы; возраст детей, на которых рассчитана программа; срок реализации программы (в центре листа); ФИО, должность разработчика (-ов) программы (справа на листе); название города, населённого пункта, в котором реализуется программа; год разработки программы (внизу в центре листа).

2.1.2. Пояснительную записку к программе рекомендуется начать с введения (краткой аннотации), в котором дается краткая характеристика предмета или вида деятельности. Далее указывается:

2.1.3. Актуальность программы (необходимо показать, что программа соответствует действующим нормативным актам и государственным программным документам, что в ней представлены современные идеи и актуальные направления развития физической культуры, спорта, образования, что она может удовлетворить социальный заказ со стороны государства, потребность общества и детей конкретного возраста и категории в решении актуальных для них задач).

2.1.4 Направленность программ (физкультурно-спортивная)

2.1.5. Новизна программы (следует провести сравнительный анализ существующих профильных программ и указать принципиальное отличие данной программы от подобных, кратко пояснить, что внес разработчик существенного в содержание, методы и формы реализации при разработке программы).

2.1.6. Педагогическая целесообразность программы (необходимо аргументированно обосновать использование педагогических приемов, форм, средств и методов образовательной деятельности в соответствии с целями и задачами программы).

2.1.7. Цель программы (цель программы - это ее стратегия, фиксирующая желаемый конкретный результат, она должна содержать в себе воспитательный, развивающий, обучающий аспекты). В данном виде программ цель ставится одна для всех трёх модулей.

2.1.8. Задачи программы (задачи – это конкретные пути достижения цели, они подразделяются на группы: воспитательные (связанные с формированием тех или иных личностных новообразований и качеств обучающихся), развивающие (какие творческие способности, ключевые компетентности могут сформироваться), обучающие (предметные компетенции).

2.1.9. Ожидаемые (прогнозируемые) результаты - это конкретная характеристика знаний, умений, личностных и предметных компетенций, которыми овладеет обучающийся. Планируемые образовательные результаты подразделяются на личностные, метапредметные, предметные. Личностные и метапредметные результаты должны соответствовать целеполаганию программы и фиксироваться один раз в Пояснительной записке программы. Ожидаемые предметные результаты описываются в каждом модуле программы. Они должны быть сформулированы четко и конкретно: перечислены приобретаемые знания, умения.

2.1.10. Возраст детей, участвующих в реализации программы (должны быть охарактеризованы и учтены психолого-возрастные особенности обучающихся, обоснованы принципы формирования групп, количество обучающихся в группе, целевая аудитория (мальчики или девочки, дети без особенностей или с ОВЗ, дети-инвалиды и др.)

2.1.11. Сроки реализации программы и продолжительность образовательного процесса по каждому модулю.

2.1.12. Формы обучения (формы обучения определяются организацией, осуществляющей образовательную деятельность, самостоятельно, если иное не установлено законодательством РФ).

2.1.13. Формы организации деятельности: парная, групповая, индивидуальная, коллективная.

2.1.14**.** Режим занятий в соответствии с требованиями СанПиН (указываются продолжительность и количество занятий в неделю со всеми вариантами и обоснованием этого выбора, продолжительность учебного часа).

2.1.15. Критерии и способы определения результативности (указываются сроки проведения контроля, виды контроля, средства и методы контроля за результатами обучающихся).

В качестве определения результативности возможно использовать - методы отслеживания результативности: педагогическое наблюдение; педагогический анализ результатов анкетирования, тестирования, зачётов, взаимозачётов, опросов, выполнения обучающимися диагностических заданий, участия в физкультурно-массовых и спортивных мероприятиях, активности обучающихся на занятиях и т.п.).

2.1.16. Формы и средства оценки результативности итогов и эффективности реализации программы:

* продуктивные формы – соревнования, фестивали, конкурсы и т.д.;
* средства – документальные формы подведения итогов реализации программы отражают достижения каждого обучающегося, к ним относятся: дневники достижений обучающихся, карты оценки результатов освоения программы, дневники педагогических наблюдений, портфолио обучающихся и т.д.).

В программе возможно прописать эффект от ее реализации. Эффект – учёт достижений обучающихся в различных видах деятельности в рамках реализации программы (проектная, воспитывающая, соревновательная и т.п.)

2.2. Содержание программы.

Содержание программы описывается в учебном плане как совокупность модулей обучения. Содержание в каждом модуле программы разделов подготовки обучающихся излагается в последовательности, строго соответствующей структуре учебно-тематического плана. Должно быть представлено реферативное описание каждого раздела подготовки обучающихся согласно учебно-тематическому плану: в теоретической части учебный материал раскрывается тезисно и представляет собой объем информации, которым сможет овладеть обучающийся; в практической - перечисляются виды подготовки (ОФП, СФП, техническая и тактическая подготовки, контрольные испытания) с их кратким описанием практической деятельности детей.

Определяя количество часов учебно-тематического плана необходимо руководствоваться следующими рекомендациями.

2.2.1. Соотношение объёмов образовательной деятельности обучающихся, выраженное в процентах.

|  |  |
| --- | --- |
| Раздел подготовки | в % |
| Теоретическая подготовка | 2-4 |
| Практическая подготовка:  Общая физическая подготовка | 28-30 |
| Специальная физическая подготовка | 18-20 |
| Техническая подготовка | 18-20 |
| Тактическая подготовка | 18-20 |
| Контрольные испытания, аттестация, тестирование, участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях (оценка подготовленности обучающихся). | 5-6 |

2.2.2. Учебный план

Содержание программы описывается в учебном плане как совокупность модулей обучения (расчётное количество часов в неделю на реализацию программ физкультурно-спортивной направленности – 3,5 ч. в соответствии с правилами ПФДО)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование модуля | Общее  количество  часов | Теория | Практика |
| 1. | Модуль №1 «…» | 42 | 2 | 40 |
| 2. | Модуль №2 «…» | 42 | 2 | 40 |
| 3. | Модуль №3  «…» | 42 | 2 | 40 |
|  | ИТОГО | 126 | 6 | 126 |

2.2.3.Учебно-тематический план (составляется для каждого модуля).

Учебно-тематический план МОДУЛЯ 1

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Раздел подготовки  Модуль 1 | Недели/часы | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1.Теоретическая подготовка |  |  |  |  |
| Тема 1 «…» |  |  |  |  |
| Тема 2 «…» |  |  |  |  |
| Всего часов: |  |  |  |  |
| 2. Общая физическая подготовка |  |  |  |  |
| 3.Специальная физическая подготовка |  |  |  |  |
| 4.Техническая подготовка: |  |  |  |  |
| * 1. Тема «…» |  |  |  |  |
| * 1. Тема «…» |  |  |  |  |
| Всего часов: |  |  |  |  |
| 5.Тактическая подготовка: |  |  |  |  |
| 5.1. Тема «…» |  |  |  |  |
| 5.2. Тема «…» |  |  |  |  |
| Всего часов: |  |  |  |  |
| 6.Контрольные испытания, аттестация, тестирование, участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях (оценка подготовленности обучающихся). |  |  |  |  |
| Всего часов: |  |  |  |  |
| Итого часов: |  |  |  |  |

Учебно-тематический план МОДУЛЯ 2

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Раздел подготовки  Модуль 2 | Недели/часы | | | |
| 5 | 6 | 7 | 8 |
| 1.Теоретическая подготовка |  |  |  |  |
| Тема 1 «…» |  |  |  |  |
| Тема 2 «…» |  |  |  |  |
| Всего часов: |  |  |  |  |
| 2. Общая физическая подготовка |  |  |  |  |
| 3.Специальная физическая подготовка |  |  |  |  |
| 4.Техническая подготовка: |  |  |  |  |
| * 1. Тема «…» |  |  |  |  |
| * 1. Тема «…» |  |  |  |  |
| Всего часов: |  |  |  |  |
| 5.Тактическая подготовка: |  |  |  |  |
| 5.1. Тема «…» |  |  |  |  |
| 5.2. Тема «…» |  |  |  |  |
| Всего часов: |  |  |  |  |
| 6.Контрольные испытания, аттестация, тестирование, участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях (оценка подготовленности обучающихся). |  |  |  |  |
| Всего часов: |  |  |  |  |
| Итого часов: |  |  |  |  |

Учебно-тематический план МОДУЛЯ 3

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Раздел подготовки  Модуль 3 | Недели/часы | | | |
| 9 | 10 | 11 | 12 |
| 1.Теоретическая подготовка |  |  |  |  |
| Тема 1 «…» |  |  |  |  |
| Тема 2 «…» |  |  |  |  |
| Всего часов: |  |  |  |  |
| 2. Общая физическая подготовка |  |  |  |  |
| 3.Специальная физическая подготовка |  |  |  |  |
| 4.Техническая подготовка: |  |  |  |  |
| * 1. Тема «…» |  |  |  |  |
| * 1. Тема «…» |  |  |  |  |
| Всего часов: |  |  |  |  |
| 5.Тактическая подготовка: |  |  |  |  |
| 5.1. Тема «…» |  |  |  |  |
| 5.2. Тема «…» |  |  |  |  |
| Всего часов: |  |  |  |  |
| 6.Контрольные испытания, аттестация, тестирование, участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях (оценка подготовленности обучающихся). |  |  |  |  |
| Всего часов: |  |  |  |  |
| Итого часов: |  |  |  |  |

2.2.4. Разделы подготовки обучающихся:

* Теоретическая подготовка (должна иметь определенную целевую направленность: вырабатывать у обучающихся умение использовать полученные знания на практике в условиях учебно-тренировочных занятий). В данном разделе указывается тема (например: История развития вида спорта; краткие сведения о строении и функциях организма человека; влияние физических упражнений на организм обучающихся; гигиена; закаливание; режим и питание обучающихся);
* В практической - перечисляются виды подготовки (ОФП, СФП, техническая и тактическая подготовки, контрольные испытания) с их кратким описанием практической деятельности детей;
* Общая физическая подготовка (направлена на развитие основных физических качеств и формирование разнообразных двигательных умений и навыков). В данном разделе указывается тема (Развитие силы, ловкости, быстроты, скоростных качеств обучающихся, выносливости, гибкости);
* Специальная физическая подготовка (направлена на развитие специальных физических качеств и совершенствование спортивной техники по виду спорта). В данном разделе указывается тема (комплексное развитие выносливости, характеризующейся общей, скоростной и силовой подготовленностью);
* Техническая подготовка (включает обучение и совершенствование техники обучающихся по избранному виду спорта). В данном разделе указывается тема технической подготовки по виду спорта;
* Тактическая подготовка (изучение тактических задач по виду спорта). В данном разделе указывается тема тактической подготовки по виду спорта;
* Контрольные испытания, аттестация, тестирование, участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях (оценка подготовленности обучающихся).

2.2.4. Календарный план-график

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Раздел подготовки | Недели/часы | | | | | | | | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| Теоретическая подготовка |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Общая физическая подготовка |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Специальная физическая подготовка |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Техническая подготовка |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Тактическая подготовка |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Контрольные испытания, аттестация, тестирование, участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях (оценка подготовленности обучающихся). |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Календарный план-график (отражает содержание программы, раскрывает разделы подготовки обучающихся, составлен в соответствии с заявленными сроками, в каждом модуле оформляется отдельно в форме таблицы, в которой указывается понедельное количество часов по каждому разделу подготовки. В таблице можно указывать количество учебных часов в неделю и количество учебных занятий в неделю).

2.2.5. Ресурсное обеспечение программы

*Методическое обеспечение может включать описание перечня:*

* Дидактические средства обучения;
* Наглядные средства;
* Электронные образовательные ресурсы (ЭОР);
* Видеоматериалы;

*Информационное обеспечение:*

Литература для обучающихся должна отвечать требованиям:

* Федеральный Закон № 124 от 27.04.1998 г. « Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» (с изменениями и дополнениями);
* Федеральный Закон от 27.07.2006 № 149 - ФЗ «Об информации, информационных технологиях и о защите информации» (с изменениями и дополнениями);
* Федеральный Закон от 29.12.2010 № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»;
* Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
* Приказ Минкомсвязи России от 16.06.2014 № 161 «Об утверждении требований к административным и организационным мерам, техническим и программно-аппаратным средствам защиты детей от информации, причиняющей вред их здоровью и (или) развитию».

Положения данных документов применяются в целях недопущения случаев получения обучающимися информационной продукции, распространение которой запрещено Федеральным законодательством среди лиц, не достигших возраста восемнадцати лет и не объявленных полностью дееспособными.

Указанная литература должна быть в открытом доступе и применяется на учебных занятиях.

*Материально-техническое обеспечение:*

Спортивное оборудование

Спортивный инвентарь

*Кадровое обеспечение*

Реализация дополнительной общеобразовательной программы может осуществляться педагогическим работником в соответствии с требованиями Профессионального стандарта Педагогической деятельности в сфере дополнительного образования детей и взрослых.

2.2.6. Список использованной литературы

В данный список включаются информационные источники, которые использовались для разработки данной программы.

Список литературы должен включать документы, всесторонне раскрывающие содержание программы. Список литературы может содержать подразделы:

* список нормативных документов, государственных стандартов и т.п.
* основная литература,
* дополнительная литература.

Перечень литературы составляется последовательно с единой нумерацией. Дополнительная литература от основной отделяется заголовком. Списки литературы должны содержать перечень изданий опубликованных за предыдущие 5 лет:

* по общей педагогике;
* по методике данного вида деятельности;
* по методике воспитания;
* по общей и возрастной психологии;
* по теории и истории выбранного вида деятельности;
* опубликованные учебные, методические и дидактические пособия;
* по методике данного вида деятельности.

Список использованной литературы оформляется строго в соответствии с ГОСТом 71 – 2003.

2.2.7. Приложения

Обязательными являются: «График учебного процесса», «Календарно-тематическое планирование».

Рекомендуемыми являются: иные методические рекомендации по организации образовательного процесса.

*Ниже в Приложении к данным методическим рекомендациям представлен образец дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности, построенной на модульном принципе.*

**ПРИЛОЖЕНИЕ**

к Методическим рекомендациям

Наименование учредителя

Наименование учреждения (по Уставу)

|  |  |
| --- | --- |
| Рассмотрена и рекомендована  на педагогическом совете  протокол  № \_\_ от\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_ г. | Утверждена  приказом № \_\_ от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  директор\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  М.П. |

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

физкультурно-спортивной направленности

«Командные спортивные игры»

Срок реализации программы:1 год

Возраст обучающихся 7-9 лет

Разработчик программы:

Ф.И.О., должность

г. Самара, 2020

**Пояснительная записка**

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Командные спортивные игры» составлена в соответствии с приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 года №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» и «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, включая разноуровневые программы» (Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 года № 09-3242), «Методическими рекомендациями по подготовке к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО» (Письмо министерства образования и науки Самарской области от 30 марта 2020 г. № МО-16.09.01/434-ТУ).

В содержание программы вошли современные педагогические практики по воспитанию и выявлению обучающихся, помогающих выделить профессионально ориентированных обучающихся, вариативных методик, способствующих созданию необходимых условий для личностного развития и самоопределения обучающихся, подготовки и поддержки талантливых обучающихся.

Настоящая общеобразовательная общеразвивающая программа «Командные спортивные игры» (далее Программа) — документ, определяющий содержание образовательного процесса в детском объединении дополнительного образования.

**Актуальность программы.** После прошедшего в нашей стране Чемпионата мира по футболу 2018 года количество желающих заниматься футболом и командно-игровыми видами спорта возросло. Во многих общеобразовательных организациях созданы все условия для занятий данными видами спорта.

Игровые виды спорта и, в частности, мини-футбол, баскетбол, волейбол всегда были востребованы в детской среде.

Это популярные командные игры, способствующие развивать не только комплекс физических способностей и навыков, но и личностные качества, которые позволят детям легко адаптироваться в быстроменяющемся мире. Программа направлена на удовлетворение потребностей детей младшего и среднего школьного возраста качественно обучиться начальным навыкам данных видов спорта, а так же приобрести опыт командного взаимодействия, обрести друзей и единомышленников.

Данная программа составлена на основе принципов:

* демократизации и гуманизации педагогического процесса;
* педагогики сотрудничества, деятельностного подхода;
* интенсификации и оптимизации;
* соблюдения дидактических правил;
* расширения межпредметных связей.

**Направленность программы:** физкультурно-спортивная.

**Новизна программы** состоит в том, что она разработана с учётом современных тенденций в образовании и основана на модульном принципе освоения материала, что позволяет более вариативно организовать образовательный процесс, оперативно подстраиваясь под интересы и способности обучающихся.

**Педагогическая целесообразность** определена тем, что ориентируется на приобщение обучающихся к физической культуре и спорту, применение полученных знаний, умений в повседневной деятельности, улучшение образовательного результата, создание индивидуального творческого продукта. Благодаря систематическим занятиям физической культурой и спортом обучающиеся приобретают общую и специальную физическую подготовку, а развитие специальных физических качеств помогает развить морфофункциональные системы организма обучающихся.

**Цель программы**: создание условий для физического воспитания и физического развития детей посредством обучения командно-игровым видам спорта.

**Задачи программы:**

*обучающие:*

* сформировать элементарные представления в области физической культуры и спорта;
* сформировать элементарные представления в области анатомии, физиологии и гигиены человека;
* создать представления о методике организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом;
* обучить техническим элементам и правилам игры;
* обучить тактическим индивидуальным и командным действиям;
* обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки;

*развивающие:*

- развить тактические навыки и умения;

- развить физические и специальные качества;

- расширить функциональные возможности организма;

*воспитательны*е:

* сформировать организаторские навыки и умения действовать в команде;
* воспитать чувство ответственности, дисциплинированность;
* воспитать привычку к самостоятельным занятиям избранным видом спорта в свободное время;
* сформировать потребность к ведению здорового образа жизни.

**Ожидаемые результаты освоения программы.**

По окончании освоения программы обучающийся должен показать следующие результаты:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Личностные | Метапредметные | Предметные |
| **Проявляет**   * чувство дружбы, товарищества, взаимопомощи; * чувство ответственности, уважения, дисциплинированности, активности, самостоятельности, инициативности и творчества; смелость, стойкость, решительность, выдержку, мужество; * культуру здорового и безопасного образа жизни при проведении занятий и в повседневной жизни; * культуру поведения болельщика во время просмотра игр | **Познавательные УУД:**   * работа с информацией * сравнивает, анализирует, классифицирует и систематизирует по нескольким основаниям и признакам виды спорта * определяет по схемам и знакам направленность действий игроков команды * определяет по знакам судьи правильность действий игроков команды   **Коммуникативные УУД:**   * умеет слушать и слышать игроков своей команды и судьи * взаимодействует по правилам игры в команде   **Регулятивные УУД:**   * ставит цель при игре * планирует свою индивидуальную деятельность во время игры * находит и корректирует недочеты и ошибки в игре с помощью педагога * выполнять требования по общей физической подготовке в соответствии с возрастом; * выполнять требования по специальной физической подготовке в соответствии с возрастом; * организует деятельность игроков команды по ОФП с помощью педагога | **Должен знать:**   * начальные знания истории развития видов спорта в России; * базовые основы здорового образа жизни, гигиены, анатомии и физиологии человека; * причины травматизма и правила безопасности во время занятий; * правила игры командных видов спорта * технические приемы игры * общие правила соревнований по командно-игровым видам спорта;   **Должен уметь:**   * технически правильно выполнять элементы и приемы игры * играть с соблюдением основных правил; * участвовать в соревновательной деятельности |

**Возраст обучающихся программы:** 7-9 лет.

**Срок реализации программы.** Программа рассчитана на 1 год, 36 учебных недель с сентября по май включительно, 126 учебных часов в год.

**Форма обучения** – очная.

**Форма организации деятельности обучающихся –** парная, групповая, индивидуальная.

Основными видами организации занятий являются:

* групповые практические тренировочные занятия;
* групповые теоретические;
* просмотр обучающего видеоконтента;
* контрольные занятия;
* открытые занятия;
* участие в различных спортивно-массовых мероприятиях и соревнованиях.

**Режим занятий** – два занятия в неделю, 2 и 1,5 академических часа, с предусмотренным перерывом обучения не менее 5-10 минут в группах после каждых 45 минут обучения.

**Особенности формирования групп и определения объема недельной нагрузки занимающихся**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Направленность | Период  подготовки | Мин. наполняемость группы (человек) | Оптимальный (рекомендуемый) количественный состав группы (человек) | Макс. количественный состав группы (человек) | Макс. объем тренировочной нагрузки в неделю в академ. часах |
| Физкультурно-спортивная | Весь период | 10 | 15-20 | до 25 | 3,5 |

Наполняемость группы из оптимального количественного состава 15 человек. Группа формируется с учетом возрастных психофизических особенностей развития и индивидуальных возможностей детей. Группы смешанные: девочки и мальчики обучаются вместе.

Группы формируются из вновь зачисляемых в учреждение детей, желающих заниматься физической культурой и спортом, имеющих основную медицинскую группу здоровья и не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой.

Данная программа имеет ознакомительный (начальный) уровень освоения знаний по командно-игровым видам и помогает обучающимся определиться и выбрать наиболее подходящее направление дальнейшей подготовки в мини-футболе, волейболе, баскетболе.

**Критерии и способы определения результативности**

*Оценка теоретической подготовки*проводиться в формате тестирования или беседы***:***

уровень «высокий» - обучающийся ответил практически на все вопросы (80-100%), демонстрируя при этом понимание сущности излагаемого материала, логично и полно раскрывает вопросы, использует примеры из практики;

уровень «средний» - обучающийся ответил на больше половины всех вопросов (70-75 %), в ответах отмечаются небольшие неточности и незначительные ошибки, примеры приводит не совсем точно;

уровень «низкий» (до 50%) - в ответе обучающегося отсутствует логическая последовательность, отмечаются пробелы в теоретическом учебном материале, отмечаются трудности в приведении примеров.

Педагог дополнительного образования самостоятельно разрабатывает содержание тестирования по основам теоретической подготовке, из тем, которые были изучены за весь период обучения.

*Оценка практической подготовки на итоговом контроле*:уровень по общей физической подготовке, специальной и технико-тактической подготовке определяется на основании контрольных испытаний (таблица в *приложении №3).*

**Формы подведения итогов реализации программы:**

* соревнования;
* фестивали;
* открытые и контрольные занятия.

**Средства оценки результативности и эффективности реализации программы:**

* наблюдения;
* опрос;
* анкетирование;
* контрольный нормативы.

1. **Содержание программы**

Программа состоит из 3-х модулей: «Мини-футбол», «Волейбол», «Баскетбол».

**Учебный план ДООП «Командные спортивные игры»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование модуля | Количество часов | | |
| Всего | Теория | Практика |
|  | «Мини-футбол» | 42 | 4 | 38 |
|  | «Волейбол» | 42 | 4 | 38 |
|  | «Баскетбол» | 42 | 4 | 38 |
|  | Итого | 126 | 12 | 114 |

1. **Модуль «Мини-футбол»**

Задачи:

*Воспитательные*

* удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в двигательной активности;
* организация досуга средствами физической культуры;
* создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития
* *Развивающие:*
* формирование культуры здорового и безопасного образа жизни средствами мини-футбола;
* приобретение необходимых теоретических знаний по мини-футболу;

*Обучающие:*

* обучить основным техническим приемам игры в мини-футбол (пас, передача, ведение, удары);
* обучить навыкам пространственной ориентации на площадке;
* обучить основным тактическим действиям нападения и защиты в мини-футболе.

**Результаты подготовки обучающихся по модулю:**

По окончании освоения модуля программы обучающиеся будут

знать:

* историю развития мини-футбола в мире и России ;
* правила техники безопасности на занятиях по мини-футболу;
* влияние физической культуры на укрепление здоровья, профилактику травматизма;
* основные правила по мини-футболу;
* особенности выполнения технических приемов по мини-футболу.

уметь:

* выполнять удары по мячу;
* выполнять передачи (пас) в мини-футболе;
* выполнять комплексы общеразвивающих упражнений;
* выполнять приемы страховки и самостраховки в мини-футболе;
* организовывать самостоятельные занятия физической культурой и спортом средствами мини-футбола.

**Учебно-тематический план модуля «Мини-футбол»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Содержание занятий | Кол-во часов | Сентябрь | Октябрь | Ноябрь | Всего |
| 1. Теоретическая подготовка: | 4 |  |  |  | 4 |
| - техника безопасности на занятиях; | 0,5 | 0,5 |  |  | 0,5 |
| - история развития мини-футбола; | 1 | 1 |  |  | 1 |
| - правила гигиены; | 0,5 | 0,5 |  |  | 0,5 |
| - особенности выполнения упражнений; | 1 |  | 1 |  | 1 |
| - правила игры в мини-футбол; | 1 |  |  | 1 | 1 |
| Итого часов: | 4 | 2 | 1 | 1 | 4 |
| 2.  Практическая подготовка |  |  |  |  | 38 |
| ОФП: | 12 | 4 | 4 | 4 | 12 |
| - общеразвивающие упражнения; | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 |
| - упражнения на развитие силы; | 2 |  | 1 | 1 | 2 |
| -упражнения на развитие координации; | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 |
| - упражнения на развитие скорости; | 2 | 1 |  | 1 | 2 |
| - упражнения на развитие выносливости | 2 | 1 | 1 |  | 2 |
| СФП: | 10 | 4 | 4 | 2 | 10 |
| - скоростно-силовые упражнения; | 3 | 2 |  | 1 | 3 |
| - упражнения на скоростную выносливость; | 3 |  | 2 | 1 | 3 |
| - упражнения на развитие общей выносливости; | 4 | 2 | 2 |  | 4 |
| Техническая подготовка | 8 | 2 | 3 | 3 | 8 |
| - удары; | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 |
| - приемы; | 2 |  | 1 | 1 | 2 |
| - передачи | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 |
| Тактическая подготовка | 6 | 2 | 2 | 2 | 6 |
| - техника защиты; | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 |
| -техника нападения | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 |
| Итого часов: |  | 12 | 11 | 11 | 32 |
| Контрольные испытания, аттестация, тестирование, участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях (оценка подготовленности обучающихся) | 2 |  |  | 2 | 2 |
| Итого часов: |  |  |  | 2 | 2 |
| Всего часов: | 42 | 14 | 14 | 14 | 42 |

**Календарный план график**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Раздел подготовки | Недели/часы | | | | | | | | | | | | Все-го |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |  |
| Теоретическая подготовка | 0,4 | 0,4 | 0,4 | 0,4 | 0,3 | 0,3 | 0,3 | 0,3 | 0,3 | 0,3 | 0,3 | 0,3 | 4 |
| Общая физическая подготовка | 1,1 | 1,1 | 1,1 | 1,1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0,9 | 0,9 | 0,9 | 0,9 | 12 |
| Специальная физическая подготовка | 0,8 | 0,8 | 0,8 | 0,8 | 0,9 | 0,9 | 0,9 | 0,9 | 0,8 | 0,8 | 0,8 | 0,8 | 10 |
| Техническая подготовка | 0,7 | 0,7 | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 0,8 | 0,8 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 8 |
| Тактическая подготовка | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 6 |
| Контрольные испытания, аттестация, тестирование, участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях (оценка подготовленности обучающихся). |  |  |  |  |  |  |  |  | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 2 |
|  | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 42 |

1. **Модуль «Волейбол»**

Задачи:

*Воспитательные*

* удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в двигательной активности;
* организация досуга средствами физической культуры, а именно волейбол;
* создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, профессионального самоопределения;

*Развивающие:*

* формирование культуры здорового и безопасного образа жизни средствами волейбола;
* приобретение необходимых теоретических знаний по волейболу;

*Обучающие:*

* обучить основным техническим приемам игры в волейбол(прием, подача, передача, удар);
* обучить навыкам пространственной ориентации на площадке (позиции на площадке);
* обучить основным тактическим действиям нападения и защиты в волейболе.

**Результаты подготовки обучающихся по модулю:**

По окончании освоения модуля программы обучающиеся будут

знать:

* историю развития волейбола в мире и России ;
* правила техники безопасности на занятиях по волейболу;
* влияние физической культуры на укрепление здоровья, профилактику травматизма;
* основные правила по волейболу;
* особенности выполнения технических приемов по волейболу.

уметь:

* выполнять удары по мячу(подачу);
* выполнять приемы передачи в волейболе;
* выполнять комплексы общеразвивающих упражнений с элементами волейбола;
* выполнять приемы страховки и самостраховки в волейболе;
* организовывать самостоятельные занятия физической культурой и спортом средствами волейбола.

**Учебно-тематический план модуля «Волейбол»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Содержание занятий | Кол-во часов | Декабрь | Январь | Февраль | Всего |
| 1.Теоретическая подготовка: |  |  |  |  | 4 |
| - техника безопасности на занятиях; | 0,5 | 0,5 |  |  | 0,5 |
| - история развития волейбола; | 1 | 1 |  |  | 1 |
| - правила гигиены; | 0,5 | 0,5 |  |  | 0,5 |
| - особенности выполнения упражнений; | 1 |  | 1 |  | 1 |
| - правила игры в волейбол; | 1 |  |  | 1 | 1 |
| Итого часов: | 4 | 2 | 1 | 1 | 4 |
| 2.  Практическая подготовка | 4 |  |  |  | 38 |
| ОФП: | 12 | 4 | 4 | 4 | 12 |
| - общеразвивающие упражнения; | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 |
| - упражнения на развитие силы; | 2 |  | 1 | 1 | 2 |
| -упражнения на развитие координации; | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 |
| - упражнения на развитие скорости; | 2 | 1 |  | 1 | 2 |
| - упражнения на развитие выносливости | 2 | 1 | 1 |  | 2 |
| СФП: | 10 | 4 | 4 | 2 | 10 |
| - скоростно-силовые упражнения; | 3 | 2 |  | 1 | 3 |
| - упражнения на скоростную выносливость; | 3 |  | 2 | 1 | 3 |
| - упражнения на развитие общей выносливости; | 4 | 2 | 2 |  | 4 |
| Техническая подготовка | 8 | 2 | 3 | 3 | 8 |
| - прием; | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 |
| - передача; | 2 |  | 1 | 1 | 2 |
| - подача | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 |
| Тактическая подготовка | 6 | 2 | 2 | 2 | 6 |
| - техника защиты; | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 |
| -техника нападения | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 |
| Итого часов: |  | 12 | 11 | 11 | 32 |
| Контрольные испытания, аттестация, тестирование, участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях (оценка подготовленности обучающихся) | 2 |  |  | 2 | 2 |
| Итого часов: |  |  |  | 2 | 2 |
| Всего часов: | 42 | 14 | 14 | 14 | 42 |

**Календарный план график**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Раздел подготовки | Недели/часы | | | | | | | | | | | | Всего |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |  |
| Теоретическая подготовка | 0,4 | 0,4 | 0,4 | 0,4 | 0,3 | 0,3 | 0,3 | 0,3 | 0,3 | 0,3 | 0,3 | 0,3 | 4 |
| Общая физическая подготовка | 1,1 | 1,1 | 1,1 | 1,1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0,9 | 0,9 | 0,9 | 0,9 | 12 |
| Специальная физическая подготовка | 0,8 | 0,8 | 0,8 | 0,8 | 0,9 | 0,9 | 0,9 | 0,9 | 0,8 | 0,8 | 0,8 | 0,8 | 10 |
| Техническая подготовка | 0,7 | 0,7 | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 0,8 | 0,8 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 8 |
| Тактическая подготовка | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 6 |
| Контрольные испытания, аттестация, тестирование, участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях (оценка подготовленности обучающихся). |  |  |  |  |  |  |  |  | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 2 |
|  | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 42 |

1. **Модуль «Баскетбол»**

Задачи:

*Воспитательные*

* удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в двигательной активности;
* организация досуга средствами физической культуры, а именно баскетболом;
* создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, профессионального самоопределения;

*Развивающие:*

* формирование культуры здорового и безопасного образа жизни средствами баскетбола;
* приобретение необходимых теоретических знаний по баскетболу;

*Обучающие:*

* обучить основным техническим приемам игры в баскетбол (передача, бросок, подбор мяча);
* обучить навыкам пространственной ориентации на площадке и перемещения (позиции на площадке, зоны);
* обучить основным тактическим действиям нападения и защиты в баскетболе.

**Результаты подготовки обучающихся по модулю:**

По окончании освоения модуля программы обучающиеся будут

знать:

* историю развития баскетбола в мире и России ;
* правила техники безопасности на занятиях по баскетболу;
* влияние физической культуры на укрепление здоровья, профилактику травматизма;
* основные правила по баскетболу;
* особенности выполнения технических приемов по баскетболу.

уметь:

* выполнять броски мяча в кольцо;
* выполнять приемы передачи в баскетболе;
* выполнять комплексы общеразвивающих упражнений с элементами баскетбола;
* выполнять приемы страховки и самостраховки в баскетболе;
* организовывать самостоятельные занятия физической культурой и спортом средствами баскетбола.

**Учебно-тематический план модуля «Баскетбол»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Содержание занятий | Кол-во часов | Март | Апрель | Май | Всего |
| 1. Теоретическая подготовка: |  |  |  |  | 4 |
| - техника безопасности на занятиях; | 0,5 | 0,5 |  |  | 0,5 |
| - история развития мини-футбола; | 1 | 1 |  |  | 1 |
| - правила гигиены; | 0,5 | 0,5 |  |  | 0,5 |
| - особенности выполнения упражнений; | 1 |  | 1 |  | 1 |
| - правила игры в баскетбол; | 1 |  |  | 1 | 1 |
| Итого часов: | 4 | 2 | 1 | 1 | 4 |
| 2.  Практическая подготовка | 4 |  |  |  | 38 |
| ОФП: | 12 | 4 | 4 | 4 | 12 |
| - общеразвивающие упражнения; | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 |
| - упражнения на развитие силы; | 2 |  | 1 | 1 | 2 |
| -упражнения на развитие координации; | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 |
| - упражнения на развитие скорости; | 2 | 1 |  | 1 | 2 |
| - упражнения на развитие выносливости | 2 | 1 | 1 |  | 2 |
| СФП: | 10 | 4 | 4 | 2 | 10 |
| - скоростно-силовые упражнения; | 3 | 2 |  | 1 | 3 |
| - упражнения на скоростную выносливость; | 3 |  | 2 | 1 | 3 |
| - упражнения на развитие общей выносливости; | 4 | 2 | 2 |  | 4 |
| Техническая подготовка | 8 | 2 | 3 | 3 | 8 |
| - удары; | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 |
| - приемы; | 2 |  | 1 | 1 | 2 |
| - передачи | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 |
| Тактическая подготовка | 6 | 2 | 2 | 2 | 6 |
| - техника защиты; | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 |
| -техника нападения | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 |
| Итого часов: |  | 12 | 11 | 11 | 32 |
| Контрольные испытания, аттестация, тестирование, участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях (оценка подготовленности обучающихся) | 2 |  |  | 2 | 2 |
| Итого часов: |  |  |  | 2 | 2 |
| Всего часов: | 42 | 14 | 14 | 14 | 42 |

**Календарный план график**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Раздел подготовки | Недели/часы | | | | | | | | | | | | Все-го |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |  |
| Теоретическая подготовка | 0,4 | 0,4 | 0,4 | 0,4 | 0,3 | 0,3 | 0,3 | 0,3 | 0,3 | 0,3 | 0,3 | 0,3 | 4 |
| Общая физическая подготовка | 1,1 | 1,1 | 1,1 | 1,1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0,9 | 0,9 | 0,9 | 0,9 | 12 |
| Специальная физическая подготовка | 0,8 | 0,8 | 0,8 | 0,8 | 0,9 | 0,9 | 0,9 | 0,9 | 0,8 | 0,8 | 0,8 | 0,8 | 10 |
| Техническая подготовка | 0,7 | 0,7 | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 0,8 | 0,8 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 8 |
| Тактическая подготовка | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 6 |
| Контрольные испытания, аттестация, тестирование, участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях (оценка подготовленности обучающихся). |  |  |  |  |  |  |  |  | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 2 |
|  | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 3,5 | 42 |

**Содержание разделов подготовки обучающихся**

**Теоретическая подготовка**

Тренировочный процесс на спортивно-оздоровительном этапе предполагает знакомство с теоретическими основами здорового образа жизни, базовыми понятиями физической культуры и спорта, основами техники избранного вида спорта.

Изучение теоретического материала программы осуществляется в виде бесед до или после практических занятий, доступных и интересных по содержанию, по возможности сопровождающихся просмотром видеоматериала.

**Темы теоретических занятий**

Правила поведения и техника безопасности на тренировочных занятиях и вне их. Инвентарь и оборудование мест занятий.

Физическая культура и спорт в России.

История развития видов спорта. Особенности видов спорта

Строение и функции организма человека. Физические упражнения и их влияние на организм.

Основы личной и спортивной гигиены. Закаливание. Способы саморегуляции и самоконтроля.

Режим дня и питание занимающегося физической культурой и спортом.

Основы техники вида спорта.

Основные правила соревнований.

**Практическая подготовка**

**Общая физическая подготовка**

Физическая подготовка направлена на развитие физических качеств и повышение функциональных возможностей, создающих благоприятные условия для совершенствования всех сторон подготовки спортсмена. Физическая подготовка подразделяется на общую и специальную. В задачи общей физической подготовки входит укрепление здоровья и физического развития, совершенствование физических качеств и жизненно важных двигательных навыков.

Строевые упражнения. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция.

Перестроения: в одну, две шеренги, в колонну по одному, по два. Сомкнутый и разомкнутый строй. Виды размыкания. Построение, выравнивание строя, расчет по строю, повороты на месте. Переход на ходьбу и бег, на шаг. Остановка. Изменение скорости движения строя.

Упражнения для рук и плечевого пояса. Из различных исходных положений (в основной стойке, на коленях, сидя, лежа) – сгибание и разгибание рук, вращения, махи, отведение и приведение, рывки одновременно обеими руками и разновременно, то же во время ходьбы и бега.

Упражнения для ног. Поднимание на носки; сгибание ног в тазобедренных суставах; приседания; отведения; приведения и махи ногой в переднем, заднем и боковом направлениях; выпады, пружинистые покачивания в выпаде; подскоки из различных исходных положений ног (вместе, на ширине плеч, одна впереди другой и т.п.); сгибание и разгибание ног; прыжки.

Упражнения для шеи и туловища. Наклоны, вращения, повороты головы; наклоны туловища, круговые вращения туловищем, повороты туловища, поднимание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине; из положения лежа на спине переход в положение сидя; смешанные упоры в положении лицом и спиной вниз; угол из исходного положения лежа, сидя и в положении виса; различные сочетания этих движений.

Упражнения для всех групп мышц. Могут выполняться с короткой и длинной скакалкой, гантелями, набивными мячами, мешочками с песком, резиновыми амортизаторами, палками, со штангой (для юношей).

Упражнения для развития силы. Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах.

Преодоление веса и сопротивления партнера. Переноска и перекладывание груза.

Лазанье по канату, шесту, лестнице. Перетягивание каната. Упражнения на гимнастической стенке. Упражнения со штангой: толчки, выпрыгивания, приседания.

Упражнения для развития быстроты. Повторный бег по дистанции от 30 до 100м со старта и с ходу с максимальной скоростью. Бег по наклонной плоскости вниз. Бег за лидером (велосипедист, более быстрый спортсмен). Бег с гандикапом с задачей догнать партнера. Выполнения общеразвивающих упражнений в максимальном темпе.

Упражнения для развития гибкости. Общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движения. Упражнения с помощью партнера (пассивные наклоны, отведения ног, рук до предела, мост, шпагат). Упражнения с гимнастической палкой или сложенной вчетверо скакалкой: наклоны и повороты туловища с различными положениями предметов (вверх, вперед, вниз, за голову, на спину); перешагивание и перепрыгивание. Упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке.

Упражнения для развития ловкости. Разнонаправленные движения руки ног. Кувырки вперед, назад, в стороны с места, с разбега и с прыжка. Перевороты вперед, в стороны, назад. Стойки на голове, руках и лопатках. Прыжки опорные через козла, коня. Прыжки с подкидного мостика. Прыжки на батуте. Упражнения в равновесии на гимнастической скамейке, бревне; равновесие при катании на коньках. Жонглирование двумя-тремя теннисными мячами. Метание мячей в подвижную и неподвижную цель. Метание после кувырков, поворотов.

Упражнения типа «полоса препятствий»: с перелезанием, перепрыгиванием, кувырками, с различными перемещениями, переноской нескольких предметов одновременно (четырех баскетбольных мячей), ловлей и метанием мячей. Игра в мини-футбол, в теннис, волейбол, бадминтон.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Прыжки в высоту через препятствия, планку, в длину с места, многократные прыжки с ноги на ногу, на двух ногах. Перепрыгивание предметов (скамеек, мячей и др.), «чехарда». Прыжки в глубину. Бег и прыжки по лестнице вверх и вниз. Бег по мелководью, по снегу, по песку, с отягощениями с предельной интенсивностью.

Игры с отягощениями. Эстафеты, комбинированные сбегом, прыжками, метаниями. Метание гранаты, копья, диска, толкание ядра. Групповые упражнения с гимнастической скамейкой.

Упражнения для развития общей выносливости. Бег равномерный и переменный на 500, 800, 1000 м. Кросс на дистанции для девушек до 3 км, для юношей до 5 км. Дозированный бег по пересеченной местности от 3 мин. до 1 ч. (для разных возрастных групп).

**Специально-физическая подготовка**

Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести. Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных положений (сидя, стоя, лежа) лицом, боком и спиной вперед. Бег с максимальной частотой шагов на месте и перемещаясь. Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам: вдогонку за партнером, в соревновании с партнером за овладение мячом, за летящим мячом с задачей поймать его. Бег за лидером без смены и со сменой направления (зигзагом, лицом и спиной вперед, челночный бег, с поворотом). Бег на короткие отрезки с прыжками в конце, середине, начале дистанции.

Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх (одиночные, сериями). Многократные прыжки с ноги на ногу (на дальность при определенном количестве прыжков; на количество прыжков при определенном отрезке от 10 до 50м). Прыжки на одной ноге на месте и в движении без подтягивания и с подтягиванием бедра толчковой ноги. Прыжки в стороны (одиночные и сериями) на месте черед предмет и продвигаясь вперед, назад. Бег и прыжки с отягощениями (пояс, манжеты на голенях, набивные мячи, гантели.

Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах и круговые движения кистями. Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Передвижение в упоре на руках по кругу (вправо и влево), носки ног на месте. Передвижение на руках в упоре лежа, ноги за голеностопные суставы удерживает партнер. Из упора лежа «подпрыгнуть», одновременно толкаясь руками и ногами, сделать хлопок руками. Упражнения для кистей рук с гантелями, булавами, кистевыми эспандерами, теннисными мячами (сжимание). Имитация броска с амортизатором (резиновым бинтом), гантелями. Поднимание и опускание, отведение и приведение рук с гантелями в положение лежа на спине на скамейке. Метание мячей различного веса и объема (теннисного, мужского и женского баскетбольного набивного мяча весом 1-5кг) на точность, дальность, быстроту. Метание камней с отскоком от поверхности воды. Игра в городки. Удары по летящему мячу (волейбольному и баскетбольному в прыжке, с места, с разбегу в стену, через волейбольную сетку, на точность попадания в цель. Броски мячей через волейбольную сетку, через веревочку на точность попадания. Бросок мяча в прыжке с разбега, отталкиваясь о гимнастическую скамейку. Бросок мяча в прыжке с подкидного мостика на точность попадания в мишени на полу и на столе, в ворота.

Упражнения для развития игровой ловкости. Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге, после поворота, кувырков падения. Ловля мяча после кувырка с попаданием в цель. Метание теннисного и баскетбольного мяча во внезапно появившуюся цель. Броски мяча в стену с последующей ловлей. Ловля мяча от стены после поворота, приседа, прыжка, перехода в положение сидя.

Прыжки вперед и вверх с мостика с выполнением различных действий с мячом и без мяча в фазе полета (сохранить вертикальное положение туловища).

Ведение мяча с ударом о скамейку; ведение с ударами в пол, передвигаясь по скамейке, ведение с перепрыгиванием препятствий. Ведение одновременно правой и левой рукой двух мячей, со сменой рук. Ведение мяча с одновременным выбиванием мяча у партнера. Комбинированные упражнения, состоящие из бега, прыжков, ловли, передачи, бросков, ведения с предельной интенсивностью. Бег с различной частотой шагов, аритмичный бег по разметкам с точной постановкой ступни (наступая на разметки, ставя ступни точно у линии).

Эстафеты с прыжками, ловлей, передачей и бросками мяча.

Перемещения партнеров в парах лицом друг к другу, сохраняя расстояние между ними 2-3 м.

Упражнения для развития специальной выносливости.

Многократные повторения упражнений в беге, прыжках, технико-тактических упражнениях с различной интенсивностью и различной продолжительностью работы и отдыха. Игры учебные с удлиненным временем, с заданным темпом перехода от защиты к нападению и обратно. Круговая тренировка.

**Техническая подготовка**

Под технической подготовкой понимается степень освоения обучающимися системы движений, соответствующей особенностям данной спортивной дисциплины и направленной на достижение высоких спортивных результатов.

Своевременное исправление ошибок и причин их возникновения при выполнении приёмов и движений значительно повышает эффективность процесса технического совершенствования, формирует двигательные умения и навыки.

Конкретное двигательное действие или приём. Последовательное прохождение четырёх этапов обучения:

1. Ознакомление с двигательным действием или приёмом.

2. Разучивание его в облегчённых условиях.

3. Совершенствование данного действия в разнообразных условиях.

4. Реализация изучаемого действия в соревнованиях

Взаимосвязь и взаимозависимость структуры движения и уровня развития физических качеств занимающихся.

**Тактическая подготовка**

Тактическая подготовка предусматривает изучение практических разделов тактики защиты и тактики нападения.

1. **Ресурсное обеспечение программы**

**Методическое обеспечение**

* Дидактические средства обучения: тесты по теоретической подготовке; карточки для судейства; планшет магнитный; доска мини с разметкой площадки.
* Наглядные средства: галерея портретов выдающихся спортсменов по видам спорта; плакаты – схемы игры по виду спорта
* Электронные образовательные ресурсы (ЭОР) (<https://nsportal.ru/>; <http://fcior.edu.ru/> и др.)
* Видеоматериалы: лучшие игры чемпионатов РФ, Европы и мира

**Материально-техническое обеспечение**

Для реализации данной программы необходимы:

* спортивный зал, площадь которого должна быть не менее 4м2 на одного обучающегося, высота потолка должна составлять не менее 6 м;
* комната для переодевания;
* стойки для обводки;
* малые ворота;
* ворота для мини-футбола;
* скакалки;
* мячи мини-футбольные № 4, 5;
* баскетбольные щиты (малые);
* баскетбольные щиты (стандартные);
* мячи баскетбольные №5, №6, №7;
* волейбольные стойки регулирующиеся;
* волейбольная сетка;
* мячи волейбольные;
* сетка для мячей;
* комплект фишек;
* рулетка 3 м.- 1шт.;
* тренировочные манишки – 20 шт.;
* секундомер;
* свисток.

**Информационное обеспечение**

**Литература для обучающихся:**

1. Гамова Е.А. GAMEOVER.Волейбол продолжается. – М.: Эксмо, 2017
2. Рудницкая А., Андрианов Н.А. Книга тренеров NBA. Техники, тактики и тренерские стратегии от гениев баскетбола. – М.: Эксмо, 2017
3. Янцева Л.И. Мини-энциклопедия о большой игре. – М.: Центрполиграф, 2018

**Литература для педагога:**

1. Губа В. Теория и методика мини-футбола (футзала). Учебник – М.: Спорт, 2016
2. Рыцарев В.В. Волейбол. Теория и практика. – М.: Спорт, 2016
3. Булыкина Л.В., Губа В.П. Волейбол. Учебник. – М.: Советский спорт, 2020
4. Буйлова Л.А., Ежова А.В. Организация и проведение занятий по баскетболу со студентами вузов: учебное пособие. – Воронеж: ВГИФК, 2019

**Кадровое обеспечение программы**

Данная программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы, и постоянно повышающим уровень профессионального мастерства.

Уровень педагогических компетенций педагога дополнительного образования должен соответствовать профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации № 298-н от 5 мая 2018 года.

1. **Список литературы**

*Нормативно-правовые акты и документы:*

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 года №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 N 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
4. Концепция развития дополнительного образования в РФ (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 №1726-Р);
5. Приказ министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019 г. № 262-од «Об утверждении персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам»;
6. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, направленных письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242;
7. Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ (приложение к письму министерства образования и науки Самарской области от 03.09.2015 №МО-16-09-01/826-ТУ).
8. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р)
9. Губа В. Теория и методика мини-футбола (футзала). Учебник – М.: Спорт, 2016
10. Рыцарев В.В. Волейбол. Теория и практика. – М.: Спорт, 2016
11. Булыкина Л.В., Губа В.П. Волейбол. Учебник. – М.: Советский спорт, 2020
12. Буйлова Л.А., Ежова А.В. Организация и проведение занятий по баскетболу со студентами вузов: учебное пособие. – Воронеж: ВГИФК, 2019

Приложение 1

**Годовой учебно-тематический план-график программы**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Содержание занятий | Сентябрь | Октябрь | Ноябрь | Декабрь | Январь | Февраль | Март | Апрель | Май | Всего |
| 1. Теоретическая подготовка: |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| - техника безопасности на занятиях; | 0,5 |  |  | 0,5 |  |  | 0,5 |  |  | 1,5 |
| - история развития (мини-футбола; волейбола, баскетбола); | 1 |  |  | 1 |  |  | 1 |  |  | 3 |
| - правила гигиены; | 0,5 |  |  | 0,5 |  |  | 0,5 |  |  | 1,5 |
| - особенности выполнения упражнений; |  | 1 |  |  | 1 |  |  | 1 |  | 3 |
| - правила игры (мини-футбол; волейбол; баскетбол) |  |  | 1 |  |  | 1 |  |  | 1 | 3 |
| Итого часов: | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 12 |
| 2.  Практическая подготовка |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ОФП: | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 36 |
| - общеразвивающие упражнения; | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 9 |
| - упражнения на развитие силы; |  | 1 | 1 |  | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 6 |
| -упражнения на развитие координации; | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 9 |
| - упражнения на развитие скорости; | 1 |  | 1 | 1 |  | 1 | 1 |  | 1 | 6 |
| - упражнения на развитие выносливости | 1 | 1 |  | 1 | 1 |  | 1 | 1 |  | 6 |
| СФП: | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 30 |
| - скоростно-силовые упражнения; | 2 |  | 1 | 2 |  | 1 | 2 |  | 1 | 9 |
| - упражнения на скоростную выносливость; |  | 2 | 1 |  | 2 | 1 |  | 2 | 1 | 9 |
| - упражнения на развитие общей выносливости; | 2 | 2 |  | 2 | 2 |  | 2 | 2 |  | 12 |
| Техническая подготовка | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 24 |
| - удары; (броски) | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 9 |
| - приемы; |  | 1 | 1 |  | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 6 |
| - передачи | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 9 |
| Тактическая подготовка | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 18 |
| - техника защиты; | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 9 |
| -техника нападения | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 9 |
| Итого часов: | 12 | 13 | 11 | 12 | 13 | 11 | 12 | 13 | 11 | 108 |
| Контрольные испытания, аттестация, тестирование, участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях (оценка подготовленности обучающихся) |  |  | 2 |  |  | 2 |  |  | 2 | 6 |
| Итого часов: |  |  | 2 |  |  | 2 |  |  | 2 | 6 |
| Всего часов: | 14 | 14 | 14 | 14 | 14 | 14 | 14 | 14 | 14 | 126 |

Приложение 2

*Тест по теоретической подготовке обучающихся*

*Модуль «Мини-футбол»*

1. Какая страна является родиной футбола?

а) Бразилия

б) Англия

в) Россия

2. Каким ударом наказывается команда, нарушившая правила в штрафной площади?

а) Пенальти

б) Буллит

в) Угловой удар

3. Игра в футбол начинается

а) спорным броском

б) ударом из-за боковой линии

в) ударом с центра поля

4. Аут в большом футболе вводится

а) Ногой

б) Рукой

в) Судьёй

5. Главным средством передвижения футболиста в игре является

а) ходьба

б) спортивная ходьба

в) бег

*Тест по теоретической подготовке обучающихся*

*Модуль «Волейбол»*

1. Какая страна считается родиной волейбола?

а) Англия

б) Франция

в) США

2 Сколько игроков от каждой команды на поле?

а) По 5

б) По 6

в) По 7

3. Сколько раз можно касаться мяча одному и тому же игроку за один розыгрыш не считая блока?

а)1

б)2

в)3

4. Засчитывается ли очко, если мяч попадает в лицевую линию поля?

а) Да

б) Нет

в) Судья назначает спорный мяч

5. Сколько игроков в команде играет на передней линии, а сколько на задней?

а)3 спереди, 3 сзади

б)2 спереди, 4 сзади

в)4 спереди 2 сзади

*Тест по теоретической подготовке обучающихся*

*Модуль «Баскетбол»*

1. Во время игры на площадке  может находиться (игроков):

а) 4;

б) 5;

в) 6.

2. Игрок нападающей команды не должен находиться в зоне под корзиной более (с):

а) 5;

б) 4;

в) 3.

3. Попадание в баскетбольное кольцо приносит команде:

а) одно очко;

б) два очка;

в) три очка.

4.Сколько времени отводится на атаку корзины соперника (с):

а) 15;

б) 20;

в) 24.

5 . Какое максимальное количество времени даётся игроку на выбрасывание мяча:

а) 3 сек.

б)5 сек.

в)10 сек.

Приложение 3

**Контрольные нормативы**

**оценки физической подготовленности освоения программы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Развиваемое физическое качество | Контрольные упражнения  (тесты) | |
|  | Юноши | Девушки |
| Скоростные качества | Бег на 30 м  (не более 6,2 с) | Бег на 30 м  (не более 6,5 с) |
| Скоростно-силовые качества | Прыжок в длину с места (не менее 160 см) | Прыжок в длину с места (не менее 155 см) |
| Гибкость | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами (касание пола пальцами рук) | |
| Выносливость | Бег 500 м (не более 2,10 мин.) | Бег 500 м (не более 2,40 мин.) |
| Силовые качества | Сгибание рук в упоре лежа | Сгибание рук в упоре лежа |
|  | (не менее10раз) | (не менее 7 раз) |
| Координация | Челночный бег 3х10 м | Челночный бег 3х10 м |
|  | (не более 10 с.) | (не более 10,5 с.) |

Приложение 4

**Основные требования к проведению занятий**

*Подготовка к занятию и его проведение.*

Готовясь к занятию, педагог должен, прежде всего, определить задачи, содержание, необходимый инвентарь. Рекомендуется составлять подробный конспект с указанием дозировки выполнения упражнений, размещения обучающихся на площадке, предопределяя возможные ошибки и пути их исправления.

Важным условием правильной организации урока является четко продуманное размещение и расположение инвентаря и оборудования с учетом размеров спортивного зала. Во время проведения занятия педагог должен разумно сочетать показ упражнений с объяснением, особенно при освоении новых движений.

Обучение и техническая подготовка

*Этапы обучения.*

Процесс обучения может быть условно разделен на 3 этапа.

1-й этап – создание предварительного представления о разучиваемом движения;

2-й этап – разучивание движения;

3-й этап – совершенствование движения*.*

Создание предварительного представления опирается на следующие методы:

1. Показ упражнения, с помощью которого создается в первую очередь зрительный образ движения.
2. Предварительное ознакомление с движением – его первичное, пробное исполнение.

Из числа перечисленных методов и приемов наиболее важную роль играют *показ* и *объяснение.* Показ осуществляется педагогом дополнительного образования. К показу предъявляются следующие требования: точность и соответствие данному этапу освоения двигательного действия. *Разучивание.* Создание предварительного представления о движении постепенно переходит в этап разучивания. По мере формирования в целом представления о разучиваемом движении переходят к процессу совершенствования.

*Совершенствование движения –* наиболее трудоемкий этап. Совершенствование продолжается на протяжении всего периода обучения

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема, форма | Форма организации занятий | Методы и приемы | Использованные материалы | Формы подведения  итогов |
| 1 | ОФП , Беседа, | практическое,  контрольное  занятие,  диагностика | Методы:  Словесный,  наглядный,  практический.  Приемы:  Объяснение,  повторение,  демонстрация,  выполнение  практических  упражнений,  выполнение | Оборудование:  Шведские стенки,  скамейки  гимнастические,  эспандеры.  Методические  материалы:  Журналы,  картинки,  карточки | Обсуждение,  обобщение  знаний,  контрольное  задание,  диагностика,  аттестация |
|  |  |  | контрольных  заданий. |  |  |
| 2 | СФП , Инструктаж, | практическое, контрольное занятие, игровое занятие, учебно- тренировочное занятие | Методы: Словесный, наглядный, практический. Приемы:  Объяснение, повторение, демонстрация, выполнение практических упражнений, выполнение контрольных  заданий. | Оборудование: Гимнастические маты, гимнастическая стенка, скакалки, гимнастическая скамейка Методическиематериалы:  Журналы, картинки, видеозаписи. | Обсуждение, обобщение знаний, контрольное задание, диагностика, аттестация |
| 3 | Технические элементы | Рассказ, практическое занятие, комбинированное занятие, контрольное занятие. | Методы: Словесный, наглядный, практический, работа по образцу  Приемы:  Объяснение, повторение, демонстрация, выполнение  практических упражнений  выполнение контрольных  заданий. | Оборудование: Мячи, ворота, стойки, фишки, кубики др.  Методическиематериалы: Журналы, картинки, видеозаписи | Обсуждение, обобщение знаний, контрольное задание, диагностика, аттестация |
| 4 | Сореновательная подготовка | Беседа, инструктаж, интегральная подготовка, соревнование | Методы: Словесный, наглядный, практический.  Приемы:  Объяснение, демонстрация, выполнение практических упражнений | Оборудование: Ворота, кольца, мячи, стойки.  Методические  материалы:  видеозаписи, схемы, таблицы | Обсуждение, обобщение знаний, анализ. |
| 5 | Подвижные игры Инструктаж, | игровое занятие | Методы: Соревновательно - игровой, словесный Приемы: Объяснение, демонстрация. | Оборудование: Мячи, кегли, кубики, инвентарь для подвижных игр.  Методическиематериалы:  карточки. | Обсуждение. |
| 7 | Контрольные занятия | Беседа, инструктаж, практическое занятие, | Методы: соревновательно- игровой, практический.  Приемы: Объяснение, демонстрация, моделирование соревнований | Оборудование: Стойки, конусы, столы, рулетка, ракетки.  Методические материалы: Видеозаписи (учебные, соревнования)  иллюстрации | обсуждение, обобщение знаний и умений |