

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЕМ АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КУЩЕВСКИЙ РАЙОН

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЦЕНТР ТВОРЧЕСТВА

Принята на заседании
педагогического совета
от «12» мая 2021 года
Протокол № 4

Утверждаю
Директор МБОУ ДО ЦТ
_____/Е.С. Миндрина/
Пр. № 72 от 12.05.2021г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

« Факел (ОФП) »
(указывается наименование программы)

Уровень программы: базовый
(ознакомительный, базовый или углубленный)

Срок реализации программы: 1 год: 96 часов; 2 год: 144 часа
(общее количество часов)

Возрастная категория: от 7 до 18 лет

Форма обучения: *очная*

Вид программы: модифицированная
(типовая, модифицированная, авторская)

Программа реализуется на основе ПФДО

ID-номер программы в Навигаторе: 22616

Автор-составитель:

Скорик Любовь Николаевна -
педагог дополнительного образования
(указать ФИО и должность разработчика)

СОДЕРЖАНИЕ

I раздел. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Введение.....	3
1.1 Пояснительная записка.....	3-4
1.2 Цели и задачи программы.....	4-5
1.3 Содержание программы.....	5-7
1.4 Планируемые результаты.....	7

II раздел. Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1 Календарный учебный график.....	8-15
2.2 Условия реализации программы.....	15
2.3 Формы аттестации.....	15-16
2.4 Оценочные материалы.....	16
2.5 Методические материалы.....	16-18
3. Список литературы.....	18
Приложение № 1 Аттестационный лист	19

Введение.

Одна из основных тенденций развития современного общества - это сохранение и укрепление здоровья человека. Для выполнения данного требования необходима популяризация различных видов спорта, здорового образа жизни.

Занятия общей физической подготовкой являются хорошей школой физической культуры и проводятся с целью укрепления здоровья и закаливания занимающихся, достижения всестороннего развития, широкого овладения физической культурой и выполнения на этой основе контрольных нормативов по физической подготовке, приобретения инструкторских навыков и умения самостоятельно заниматься физической культурой.

Программа объединения составлена на основе материала, который обучающиеся изучают на уроках физической культуры в общеобразовательной школе и рекомендуется для детей, имеющих разносторонний уровень физической подготовки.

1. Комплекс основных характеристик ознакомительной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

1.1 Пояснительная записка

Направленность программы – *физкультурно – спортивная*, направлена на укрепление здоровья, формирование навыков здорового образа жизни, морально-волевых качеств и системы ценностей с приоритетом жизни и здоровья.

Новизна данной программы состоит в том, что в ней прослеживается изучение спортивной подготовки с применением специальных упражнений на развитие координационных способностей, силы, силовой выносливости, беговой выносливости, скорости в беге, овладение техникой двигательных действий и тактическими приёмами по данной специализации. В процессе освоения данной программы обучающиеся формируются как целостная личность, в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств.

Так же новизна программы заключается в том, что она реализуется по системе персонифицированного финансирования дополнительного образования Краснодарского края (далее – ПФДО).

Актуальность программы обусловлена несколькими причинами:

- ухудшение здоровья школьников, повышение роста заболеваемости;
- высокая умственная и психологическая нагрузка в школе;
- частые стрессовые состояния.

Приоритетными задачами программы являются формирование в сознании детей ценностного отношения к своему здоровью, развитие мотивации к познанию и творчеству учащихся, создание условий для развития, укрепление психического и физического здоровья.

В наше время детский спорт и физкультура приобрели новое и весьма важное социальное значение, являясь пропагандой здорового образа жизни.

Педагогическая целесообразность программы проявляется в том, что в объединении особое внимание уделяется формированию личностных свойств характера обучающихся. Эти свойства, хотя и базируются на типе нервной системе, изменяются в физкультурно-спортивной направленности специально организованной деятельности. Их позитивная динамика определяется мотивацией обучающихся на здоровый образ жизни. Данная программа может рассматриваться как одна из ступеней к здоровому образу жизни и неотъемлемой частью всего воспитательного процесса. В своей реализации программа ориентируется не только на усвоение ребёнком знаний и представлений, но и становление его мотивационной сферы гигиенического поведения, реализации усвоенных знаний и представлений в поведении, помогает в решении задач здоровья и сбережения.

Занятия физическими упражнениями развивают в детях такие качества, как выносливость, скорость и координацию. Занятия спортивными играми развивают смекалку и умение взаимодействовать в коллективе, помогают подросткам оценить свои возможности, развить чувство собственного достоинства, целеустремленность и волю к победе. Развитие этих качеств, в свою очередь, способствует успешному выполнению учебных программ.

Отличительные особенности данной программы. Программа состоит из трёх разделов: знания о спортивно-оздоровительной деятельности, физическое совершенствование со спортивной направленностью, способы спортивно-оздоровительной деятельности.

В программе предусмотрено регулярное отслеживание результатов обучающихся, поддержание контактов с родителями.

Запланированы воспитательные задачи: приучение к сознательной дисциплине, воспитывать такие качества, как самообладание, чувство товарищества, общительность, смелость, воля к победе.

Адресат программы - возраст обучающихся, участвующих в реализации программы – 7-18 лет. Набор в объединение производится без учета антропометрических данных ребенка, при наличии медицинской справки о допуске к занятиям. За основу берется желание ребёнка заниматься физкультурной деятельностью.

Условия дополнительного набора. В объединение, на первый и второй года обучения, могут быть зачислены дети, не освоившие ознакомительный уровень программы, прошедшие собеседование.

Уровень программы – базовый.

Объем программы - 240 часов.

Срок реализации программы – 2 года.

Формы организации занятий – групповые.

Режим занятий: занятия проводятся два раза в неделю по два часа.

1.2 Цель и задачи программы.

Цель - создание условий для вовлечения детей в активные занятия физической культуры и спортом, привитие здорового образа жизни.

Задачи:

Обучающие:

- Обучение правилам гигиены, техники безопасности и поведения на занятиях физкультурой и спортом.
- Формирование знаний об основах физкультурной деятельности.
- Обучение основам техники различных видов двигательной деятельности (бег, прыжки и др.)
- Обучение игровой и соревновательной деятельности.

Метапредметные:

- Совершенствование всестороннего физического развития: развитие силовых и координационных способностей, выносливости, быстроты и ловкости.
- Формирование и совершенствование двигательной активности учащихся.
- Развитие быстроты реакции, в быстро изменяющихся игровых условиях.

Личностные:

- Привитие жизненно важных гигиенических навыков.
- Содействие развитию познавательных интересов, творческой активности и инициативы.
- Стимулирование развития волевых и нравственных качеств, определяющих формирование личности ребёнка.
- Формирование умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями.

1.3 Содержание программы

- учебный план

Первый год обучения

№ п/п	Наименование разделов, тем	Всего, час	Количество часов учебных занятий		Формы аттестации/ контроля
			Теоретические	Практические	
1.	Вводное занятие.	1	1	-	-
2.	Общеразвивающие упражнения.	31	-	31	Наблюдение, беседа
3.	Подвижные игры.	28	-	28	Наблюдение, беседа
4.	Спортивные игры.	30	-	30	соревнование
5.	Воспитательная работа.	6	-	6	Беседа
	Итого:	96	1	95	

- содержание учебного плана

Тема № 1. Вводное занятие (1 час)

Предусматривает ознакомление с программой обучения 1 года. Инструктаж по технике безопасности.

Тема № 2 Общеразвивающие упражнения (31 час)

Практика.

- Ходьба по гимнастической скамейке с препятствием; прыжки, упражнения с мячом.
- Построение в колонну, в две колонны; ходьба по гимнастической скамейке; прыжки из обруча в обруч.
- Бросание и ловля мяча, прыжки в высоту, лазанье по наклонной лестнице.
- Непрерывный бег до 1 минуты, игровые упражнения с мячом.
- Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, прыжки через шнуры на двух ногах, бросание мяча от груди двумя руками.

Тема № 3 Подвижные игры (28 часов)

Практика.

- «Ловишка, бери ленту», «Горелки», «Удочка», «Жмурки», «Гуси-гуси», «Мы – веселые ребята».
- «Быстро возьми, быстро положи», «Удочка», «Кто скорее до флажка докатит обруч», эстафета парами.
- «Хитрая лиса», «Охотники и зайцы», «Пожарные на учении», «Два мороза».
- «Ловишка с мячом», «Догони свою пару», «Мы – весёлые ребята».
- «Ключи», «Охотники и зайцы», «Не оставайся на полу», «Кто быстрее».
- «Догони свою пару», «Удочка», «Мышеловка», «Ловишка с ленточками».

Тема № 4 Спортивные игры (30 часа)

Практика. Знакомство со спортивными играми: футбол, настольный теннис, баскетбол.

Тема № 5 Воспитательная работа.

- учебный план

Второй год обучения

№ п/п	Наименование разделов, тем	Всего, час	Количество часов учебных занятий		Формы аттестации/ контроля
			Теоретические	Практические	
1.	Вводное занятие.	1	1	-	-
2.	Общеразвивающие упражнения.	38	-	38	Наблюдение, беседа
3.	Подвижные игры.	23	-	23	Наблюдение, беседа
4.	Спортивные игры.	71	-	71	соревнование
5.	Воспитательная работа.	9	-	9	Беседа
	Итого:	144	1	143	

- содержание учебного плана

Тема № 1. Вводное занятие (1 час)

Предусматривает ознакомление с правилами внутреннего распорядка в учебном заведении, в объединении и программой обучения. Техника безопасности.

Тема № 2. Общеразвивающие упражнения (38 часов)

Практика.

- Ходьба по гимнастической скамейке с препятствием; прыжки, упражнения с мячом.
- Построение в колонну, в две колонны; ходьба по гимнастической скамейке; прыжки из обруча в обруч.
- Бросание и ловля мяча, прыжки в высоту, лазанье по наклонной лестнице.
- Непрерывный бег до 1 минуты, игровые упражнения с мячом.
- Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, прыжки через шнуры на двух ногах, бросание мяча от груди двумя руками.

Тема № 3. Подвижные игры (23 часов)

Практика.

- «Ловишка, бери ленту», «Горелки», «Удочка», «Жмурки», «Гуси-гуси», «Мы – веселые ребята».
- «Быстро возьми, быстро положи», «Удочка», «Кто скорее до флажка докатит обруч», эстафета парами.
- «Хитрая лиса», «Охотники и зайцы», «Пожарные на учении», «Два мороза».
- «Ловишка с мячом», «Догони свою пару», «Мы – веселые ребята».
- «Ключи», «Охотники и зайцы», «Не оставайся на полу», «Кто быстрее».
- «Догони свою пару», «Удочка», «Мышеловка», «Ловишка с ленточками».

Тема № 4. Спортивные игры (71 часа)

Практика. Продолжаем знакомство со спортивными играми: футбол, настольный теннис, баскетбол.

Тема № 5 Воспитательная работа.

1.4 Планируемые результаты:

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Овладение основными видами движения;
- Сформированность у обучающихся потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 Календарный учебный график

Первый год обучения

п/п	Дата		Тема занятия	Кол-в часов	Время проведения занятия	Форма занятия	Место проведения	Формы контроля
	План	факт						
1			Вводное занятие.	1	45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	-
			Воспитательная работа.	1	45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Беседа
2			Общеразвивающие упражнения.	31				
			Ходьба по гимнастической скамейке с препятствием	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Прыжки, упражнения с мячом.	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Построение в колонну, в две колонны	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Ходьба по гимнастической скамейке	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Прыжки из обруча в обруч.	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Упражнения на осанку.	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Бег с преодолением препятствий.	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Бег из различных исходных положений	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Бросание и ловля мяча прыжки в высоту	2	45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Прыжки в высоту	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Лазанье по наклонной лестнице.	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Воспитательная работа	1	45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Беседа
			Полоса препятствий с элементами прыжков, метания и бега	1	45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Непрерывный бег до 2 минуты, игровые упражнения с мячом.	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение

			шагом.					
			Прыжки через шнуры на двух ногах	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Бросание мяча от груди двумя руками.	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
3			Подвижные игры.	28				
			«Третий лишний», «Салки»	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			«Ловишка, бери ленту», «Горелки»	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			«Удочка», «Жмурки»	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			«Гуси-гуси», «Мы – весёлые ребята»	1	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Воспитательная работа	1	45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Беседа
			«Быстро возьми, быстро положи», «Удочка»	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			«Кто скорее до флажка докатит обруч»	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Эстафета парами.	2	45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			«Хитрая лиса», «Охотники и зайцы»	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			«Пожарные на учении», «Два мороза».	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			«Ловишка с мячом» Игры с мячом	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			«Догони свою пару», «Мы - весёлые ребята».	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			«Ключи», «Охотники и зайцы»	1	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Воспитательная работа	1	45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Беседа
			«Не оставайся на полу», «Кто быстрее»	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			«Догони свою пару», «Удочка»	2	45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			«Мышеловка», «Ловишка с ленточками»	2	45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Спортивные игры	30				
			Настольный теннис.	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Настольный теннис.	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение

			Настольный теннис.	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Настольный теннис.	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Настольный теннис.	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Баскетбол	1	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Воспитательная работа	1	45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Беседа
			Баскетбол	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Баскетбол	2	45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Баскетбол	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Баскетбол	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Футбол	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Футбол	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Футбол	1	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Воспитательная работа	1	45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Беседа
			Футбол	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Футбол	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
			Годовая аттестация.	2	45 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	соревнование
			Итого	96				

Второй год обучения

№	Дата		Тема занятия	Кол-во часов	Время проведения	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
	план	факт						
1	14.09		Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности во время проведения занятий	1	40 минут	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	
	14.09		Воспитательная работа.	1	40 минут	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Беседа
2			Общеразвивающие упражнения	38				
	16.09		Упражнения на осанку. Бег с преодолением препятствий.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
	21.09		Строевые упражнения. Метание малого мяча.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
	23.09		Бег из различных исходных положений.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
	28.09		Кроссовая подготовка до 1000м	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
	30.09		Прыжки в длину с места.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
	05.10		Строевые упражнения с перестроениями из колонны по одному в колонну по два	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
	07.10		Полоса препятствий с элементами прыжков, метания и бега.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
	12.10		Упражнение на гибкость.	2	2 часа по 40 мин.	групповая		Наблюдение
	14.10		Комбинация ОРУ различной координационной сложности.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с. Алексеевское	Наблюдение
	19.10		Акробатические элементы: перекаты, группировка, кувырок вперед, назад.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	21.10		Акробатика: упражнение в равновесии, мост	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	26.10		Элементы лазанья и перелазания. Ходьба по наклонной гимнастической	1	40 минут	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение

		скамейке.					
	26.10	Воспитательная работа	1	40 минут	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Беседа
	28.10	Упражнение – стойка на лопатках.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	02.11	Построение и перестроение.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	09.11	Ходьба по наклонной гимнастической скамейке.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	11.11	Круговая тренировка по акробатике.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	16.11	Строевые приёмы. Совершенствование техники бега с высокого старта.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	18.11	Совершенствование техники прыжка в длину с места.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	23.11	Совершенствование техники медленного бега	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	25.11	Челночный бег	1	40 минут	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	25.11	Воспитательная работа	1	40 минут	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Беседа
3		Подвижные игры.	23				
	30.11	"Совушка", "Угадай, чей голосок".	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	02.12	"Карусель», Волк на рву".	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	07.12	"Медведь и пчелы", "Мяч в воздухе".	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	09.12	«Гуси-гуси», «Мы – весёлые ребята»	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	14.12	"Бери ленту", "Эхо"	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	16.12	"Кого назвали, тот и ловит", "Летает, не летает"	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	21.12	Воспитательная работа	1	40 минут	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Беседа
	21.12	"Кто быстрее?"	1	40 минут	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	23.12	«Не попадись», "Ловишки"	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	28.12	"Догони свою пару", "Фигуры".	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение

	30.12		"Ноги от земли" "Угадай, чей голосок"	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	11.01		"Кто ушел?", "Ключи"	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	13.01		"Кого называли, тот ловит", "Воротца"	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
4			Спортивные игры	71			ЦТ, с.Алексеевское	
	18.01		Теннис. Правила безопасности игры. Правила соревнований.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Беседа
	20.01		Жесткий хват, мягкий хват, хват «пером».	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	25.01		Воспитательная работа	1	40 минут	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Беседа
	25.01		Разновидности хватки «пером», «малые клещи», «большие клещи».	1	40 минут	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	27.01		Удары по мячу накатом.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	01.02		Удар по мячу с полулета, удар подрезкой, срезка, толчок.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	03.02		Игра в ближней и дальней зонах.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	08.02		Вращение мяча.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	10.02		Основные положения теннисиста.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	15.02		Исходные положения, выбор места.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	17.02		Способы перемещения. Шаги, прыжки, выпады, броски.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	22.02		Одношажные и двухшажные перемещения.	1	40 минут	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	22.02		Воспитательная работа	1	40 минут	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Беседа
	24.02		Подачи: короткие и длинные.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	01.03		Тактика одиночных игр	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	03.03		Баскетбол. Основные правила игры в баскетбол	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Беседа
	10.03		Техника передвижения	2	2 часа по 40	групповая	ЦТ,	Наблюдение

		игрока. Ведение мяча одной рукой.		мин.		с.Алексеевское	
15.03		Передача мяча двумя руками от груди стоя у стины. Передачи у стены правой рукой с одновременным ведением левой рукой.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
17.03		Ведение мяча с изменением направления(обводка фишек)	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
22.03		Ловля передача мяча в парах в одном прыжке передача мяча в квадрате с сопротивлением.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
24.03		Передача мяча в тройках или пятёрках.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
29.03		Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	1	40 минут	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
29.03		Воспитательная работа	1	40 минут	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Беседа
31.03		Передачи у стены в один,два,три,четыре мяча на скорость и время.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
05.04		Длинные передачи отрыв,в парах.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
07.04		Бег на носках с ведением мяча.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
12.04		Ведение мяча с активным сопротивлением защитника	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
14.04		Обманные движения (финты)	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
19.04		Ведение одного или двух мячей во время прыжков в парах.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
21.04		Футбол. Обучение и совершенствование техники передвижения футболиста	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
26.04		Обучение и совершенствование техники удара по мячу на месте.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
28.04		Воспитательная работа	1	40 минут	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Беседа

	28.04		Обучение и совершенствование техники удара по мячу в движении.	1	40 минут	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	03.05		Обучение и совершенствование техники удара по мячу с лета и полулета.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	05.03		Обучение и совершенствование техники ударов по мячу головой на месте и в движении.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	10.05		Обучение и совершенствование техники ударов по мячу головой в нападении.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	12.05		Обучение и совершенствование техники остановки мяча.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	17.05		Обучение и совершенствование техники ведения мяча.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	19.05		Обучение и совершенствование техники обманных движений.	1	40 минут	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	19.05		Воспитательная работа	1	40 минут	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Беседа
	24.05		Совершенствование комбинаций из изученных элементов.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	26.05		Обучение и совершенствование техники отбора мяча.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	31.05		Учебная игра с разбором допущенных ошибок	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	02.06		Учебная игра с разбором допущенных ошибок	1	40 минут	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Наблюдение
	02.06		Итоговая аттестация	1	40 минут	групповая	ЦТ, с.Алексеевское	Соревнование
			Итого	144				

2.2 Условия реализации программы.

- а) Помещение (спортзал).
- б) Спортивная площадка.
- в) Гимнастическая скамейка.
- г) Гимнастическая стенка.
- д) Мячи.
- е) Скакалки.

- ж) Конусы для эстафет.
- з) Кубики пластмассовые.
- е) Кегли.

2.3 Формы аттестации – Для полноценной реализации базовой программы используются следующие виды контроля:

Годовая аттестация.

Форма аттестации - контрольный урок в форме соревнования.

Форма фиксации - лист наблюдений с результатами в виде отметок: зачет «+», либо незачет «-».

Итоговая аттестация.

Форма аттестации - контрольный урок в форме соревнования.

Форма фиксации - лист наблюдений с результатами в виде отметок: зачет «+», либо незачет «-».

2.4 Оценочные материалы.

Метод наблюдения, беседа, соревнование.

2.5 Методические материалы.

На занятиях используются:

- методы организации деятельности: репродуктивный, наглядный;
- методы воспитания: положительный пример, соревновательный;
- методы стимулирования: поощрение, одобрение, награждение.

Общеразвивающие упражнения.

Для общеразвивающих упражнений характерно, что в каждом из них согласуется динамичная работа одних мышц и статическая нагрузка на другие. Этим обеспечивается избирательность воздействия на конкретные части тела. Упражнения состоят из элементов, которые могут выполняться отдельно. Поэтому можно произвольно увеличивать нагрузку на ту или иную группу мышц.

В зависимости от степени доминирующего воздействия на отдельные группы мышц общеразвивающие упражнения классифицируются по анатомическому признаку:

- упражнения для мышц рук и плечевого пояса;
- упражнения для мышц туловища;
- упражнения для мышц ног.

Для использования в разных формах работы с детьми общеразвивающие упражнения принято группировать по принципу комплекса. Комплекс - подбор упражнений, обеспечивающий нагрузку на все основные группы мышц. Педагогическая направленность комплекса зависит от конкретных задач. Например, комплекс общеразвивающих упражнений для спортивного занятия, в отличие от утренней гимнастики, должен обеспечивать не только общую, но и специальную подготовку для успешного выполнения предстоящих основных движений. Но неизменными критериями правильного подбора являются

согласованность движений по анатомическому признаку, их размещение по принципу сверху вниз (первое упражнение всегда - для рук и плечевого пояса), наличие разных исходных положений.

Исходное положение - это положение туловища, ног и рук перед началом упражнения. От исходного положения зависит дифференцировка нагрузки на мышцы (динамическая, статистическая), степень нагрузки, устойчивое положение тела, сложность упражнения, амплитуда движения, комбинация двигательных действий.

Подвижные игры.

Подвижные игры являются незаменимым средством решения взаимосвязанных задач воспитания личности учащегося, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений. Подвижные игры направлены на развитие творчества, воображения, внимания, воспитание инициативности, самостоятельности действий, выработку умения выполнять правила общественного порядка. Достижение этих задач в большей мере зависит от умелой организации и соблюдения методических требований к проведению, нежели к собственному содержанию игр.

Многообразие двигательных действий, входящих в состав подвижных игр, оказывает комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей (способностей к реакции, ориентированию в пространстве и во времени, перестроению двигательных действий, скоростных и скоростно-силовых способностей и др.).

С помощью игр закладываются основы игровой деятельности, направленные на совершенствование:

- естественных движений (ходьба, бег, прыжки, метания);
- элементарных игровых умений (ловля мяча, передачи, броски, удары по мячу);
- технико-тактических взаимодействий (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником).

В результате обучения учащиеся должны познакомиться со многими играми, что позволит воспитать интерес к игровой деятельности, умение самостоятельно подбирать и проводить их с товарищами в свободное время.

Обязательными условиями построения занятий по подвижным играм являются четкая организация и разумная дисциплина, основанная на точном соблюдении команд, указаний и распоряжений педагога; обеспечение преемственности при освоении новых упражнений; строгое соблюдение дидактических принципов. После освоения базового варианта игры рекомендуется варьировать условия проведения, число участников, инвентарь, время проведения игры и др.

Спортивные игры.

По своему воздействию спортивная игра является наиболее комплексным и универсальным средством развития ребенка.

Игровые упражнения, подвижные игры с мячом, выполняемые индивидуально, в группах, командах, создают неограниченные возможности для развития координационных (ориентирование в пространстве, быстрота

реакции и перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных способностей (силовых, выносливости, скоростных), а также всевозможных сочетаний этих групп способностей.

Одновременно материал по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов учащегося (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что создается необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры, согласование индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников.

В группах необходимо стремиться учить детей согласовывать индивидуальные и простые командные технико-тактические взаимодействия (с мячом и без мяча) в нападении и в защите, начиная с применения подобранных для этой цели подвижных игр (типа «Борьба за мяч», «Мяч капитану») и специальных, постепенно усложняющихся игровых упражнений (форм).

Игровые упражнения и формы занятий создают благоприятные условия для самостоятельного выполнения заданий с мячом, реализации на практике индивидуального и дифференцированного подхода к учащимся, имеющим существенные индивидуальные различия (способности). В этой связи особой заботой следует окружить детей со слабой игровой подготовкой, активно включая их в ход осуществления разнообразных видов игровой деятельности. Среди способов организации учащихся на занятиях целесообразно чаще применять метод круговой тренировки, включая на станциях упражнения с мячом, направленные на развитие конкретных координационных и кондиционных способностей, совершенствование основных приемов.

3. Список литературы.

1. В.П. Щербаков «Программа «Физкультура от 3 до 17».
2. В.Н. Зимонина Программно-методическое пособие «Расту здоровым».
3. Э.Я. Степаненкова Теория и методика физического воспитания и развития ребенка.
4. Ч.Л. Гарбальяускас Играев в ручной мяч.
5. Е.В. Вавилова Учите бегать, прыгать, лазать, метать

Нормативно-правовые основания реализации дополнительной общеобразовательной программы:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

3. Рыбалёва И.А. «Проектирование и экспертирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ: требования и возможность вариативности» - учебно-методическое пособие; Краснодар: Просвещение-Юг, 2019. – 138 с.

4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.2.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования и к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи».

5. Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий от 20 марта 2020 г. Министерство просвещения РФ.

Итоговая аттестация
по изучению разделов и тем программы объединения «Факел»

Дата проведения: _____.

Форма проведения:

№	Фамилия, имя	Результат
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
...		
	«+» - зачет; «-» незачет	

Вывод: _____

ПДО _____ Л.Н. Скорик

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
Центр творчества

**ПЛАН
воспитательной работы
в объединении «Факел»
на 2021-22 учебный год**

№	месяц	Наименование мероприятия	Форма проведения
1.	сентябрь	Мир профессий	беседа
2.	октябрь	Земля – наш общий дом	беседа
3.	ноябрь	Мы выбираем жизнь!	беседа
4.	декабрь	Интернет - зависимость	беседа
5.	январь	Блокадный хлеб	акция
6.	февраль	Правила поведения детей на железной дороге	беседа
7.	март	Масленица – Прощенное воскресенье	беседа
8.	апрель	Моя мечта о будущей профессии	беседа
9.	май	Как прекрасен этот мир!	беседа