

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**

« Триумф (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 15 лет

**Форма обучения:** *очная*

**Вид программы:** модифицированная  
(типовая, модифицированная, авторская)

**Программа реализуется на основе ПФДО**

**ID-номер программы в Навигаторе: 28726**

Автор-составитель:

Абраменкова Анна Анатольевна -  
педагог дополнительного образования  
(указать ФИО и должность разработчика)

с. Красное, 2021г.

## СОДЕРЖАНИЕ

### **I раздел. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.**

Введение.....	3
1.1 Пояснительная записка.....	3-5
1.2 Цели и задачи программы.....	5-6
1.3 Содержание программы.....	6-8
1.4 Планируемые результаты.....	8

### **II раздел. Комплекс организационно-педагогических условий.**

2.1 Календарный учебный график.....	9-16
2.2 Условия реализации программы.....	16
2.3 Формы аттестации.....	16
2.4 Оценочные материалы.....	16-17
2.5 Методические материалы.....	17

### **III.Список литературы.....**

Приложение № 1 Аттестационный лист .....	18
--	----

## **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 здоровье 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, поддерживание 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 – 7-15 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.

**Уровень программы** – базовый.

**Объем программы** - 240 часов.

**Срок реализации программы** – 2 года

**Форма обучения** – очная.

**Режим занятий** – занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа.

**Состав группы** – постоянный, но допускается зачисление новых учащихся на основании собеседования.

**Виды занятий**– тренировочные занятия, беседы, учебные игры, эстафета, участие в соревнованиях, контрольных играх, выполнение контрольных нормативов по ОФП.

## 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	Наблюдение, беседа, соревнования

					е
5.	Воспитательная работа.	6	-	6	
	<b>Итого:</b>	<b>96</b>	<b>1</b>	<b>95</b>	

**- 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 – веселые 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: пионербол, волейбол, 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	Наблюдение, беседа, соревнование
5.	Воспитательная работа.	9	-	9	
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>1</b>	<b>143</b>	

## - 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 – весёлые 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: пионербол, волейбол, 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-во часов	Время проведения занятия	Форма занятия	Место проведения	Формы контроля
	План	факт						
1			<b>Вводное занятие.</b>	1	45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	-
			<b>Воспитательная работа.</b>	1	45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Беседа
2			<b>Общеразвивающие упражнения.</b>	31				
			Ходьба по гимнастической скамейке с препятствием	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение
			Прыжки, упражнения с мячом.	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение
			Построение в колонну, в две колонны	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение
			Ходьба по гимнастической скамейке	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение
			Прыжки из обруча в обруч.	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение
			Упражнения на осанку.	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение
			Бег с преодолением препятствий.	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение
			Бег из различных исходных положений	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение
			Бросание и ловля мяча прыжки в высоту	2	45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение
			Прыжки в высоту	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение
			Лазанье по наклонной лестнице.	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение
			<b>Воспитательная работа</b>	1	45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Беседа
			Полоса препятствий с элементами прыжков, метания и бега	1	45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение
			Непрерывный бег до 2 минуты, игровые	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение

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

							Роща	
			Пионербол	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
			Пионербол	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
			Пионербол	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
			Пионербол	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
			Пионербол	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
			Волейбол	1	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
			<b>Воспитательная работа</b>	<b>1</b>	45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Беседа
			Волейбол	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
			Волейбол	2	45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
			Волейбол	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
			Волейбол	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
			Волейбол	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
			Баскетбол	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
			Баскетбол	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
			Баскетбол	1	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
			<b>Воспитательная работа</b>	<b>1</b>	45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Беседа
			Баскетбол	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
			Баскетбол	2	2 часа по 45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
			Годовая аттестация.	<b>2</b>	45 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	соревнование
			<b>Итого</b>	<b>96</b>			ЦТ, х. Зеленая Роща	

## Второй год обучения

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

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

	30.12		"Ноги от земли" "Угадай, чей голосок"	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
	11.01		"Кто ушел?", "Ключи"	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
	13.01		"Кого называли, тот ловит", "Воротца"	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
<b>4</b>			<b>Спортивные игры</b>	<b>71</b>			ЦТ, х. Зеленая Роща	
	18.01		<b>Пионербол.</b> Правила безопасности игры. Правила соревнований.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Беседа
	20.01		Подача мяча	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение
	25.01		<b>Воспитательная работа</b>	<b>1</b>	40 минут	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Беседа
	25.01		Прием мяча	<b>1</b>	40 минут	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
	27.01		Нападающий бросок	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
	01.02		Блокирование	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
	03.02		Передачи мяча	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
	08.02		Учебно-тренировочные игры	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
	10.02		Учебно-тренировочные игры	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
	15.02		Учебно-тренировочные игры	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
	17.02		Учебно-тренировочные игры	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
	22.02		Учебно-тренировочные игры	<b>1</b>	40 минут	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
	22.02		<b>Воспитательная работа</b>	<b>1</b>	40 минут	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Беседа
	24.02		Учебно-тренировочные игры	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
	01.03		Учебно-тренировочные игры	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
	03.03		<b>Волейбол.</b> Основные правила игры в волейбол	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Беседа
	10.03		Перемещения и стойка волейболиста.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
	15.03		Передача мяча двумя руками сверху	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа

17.03		Прием и передача мяча снизу двумя руками.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роцца	Наблюдение, беседа
22.03		Передача мяча сверху двумя руками в средней и низкой стойках и после перемещения.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роцца	Наблюдение, беседа
24.03		Передача и прием мяча сверху двумя руками после перемещений.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роцца	Наблюдение, беседа
29.03		Прием и передача мяча двумя руками снизу	1	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роцца	Наблюдение, беседа
29.03		<b>Воспитательная работа</b>	1	40 минут	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роцца	Беседа
31.03		Развитие быстроты и прыгучести	2	40 минут	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роцца	Наблюдение, беседа
05.04		Нижняя прямая подача	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роцца	Наблюдение, беседа
07.04		Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в разные зоны соперника	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роцца	Наблюдение, беседа
12.04		Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в разные зоны соперника	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роцца	Наблюдение, беседа
14.04		Прием подачи	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роцца	Наблюдение, беседа
19.04		Защитные действия	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роцца	Наблюдение, беседа
21.04		<b>Баскетбол.</b> Основные правила игры в баскетбол	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роцца	Беседа
26.04		Техника передвижения игрока. Ведение мяча одной рукой.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роцца	Наблюдение, беседа
28.04		<b>Воспитательная работа</b>	1	40 минут	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роцца	Беседа
28.04		Передача мяча двумя руками от груди стоя у стины. Передачи у стены правой рукой с одновременным ведением левой рукой.	1	40 минут	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роцца	Наблюдение, беседа
03.05		Ведение мяча с изменением направления(обводка фишек )	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роцца	Наблюдение, беседа
05.05		Ловля передача мяча в парах в одном прыжке передача мяча в квадрате с сопротивлением.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роцца	Наблюдение, беседа
10.05		Передача мяча в тройках	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роцца	Наблюдение,

		или пятёрках.		мин.		Роща	беседа
12.05		Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
17.05		Передачи у стены в один, два, три, четыре мяча на скорость и время.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
19.05		Длинные передачи отрыв, в парах.	1	40 минут	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
19.05		<b>Воспитательная работа</b>	1	40 минут	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Беседа
24.05		Бег на носках с ведением мяча.	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
26.05		Ведение мяча с активным сопротивлением защитника	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
31.05		Обманные движения (финты)	2	2 часа по 40 мин.	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
02.06		Ведение одного или двух мячей во время прыжков в парах.	1	40 минут	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Наблюдение, беседа
02.06		<b>Итоговая аттестация</b>	1	40 минут	групповая	ЦТ, х. Зеленая Роща	Соревнование
		<b>Итого</b>	<b>144</b>				

## 2.2 Условия реализации программы

1. Материально-техническое обеспечение программы.
2. Наличие класса (для теоретических занятий).
3. Спортивный зал
4. Инвентарь (мячи, гимнастическая стенка, скакалки, обручи)

Для реализации данной программы в режиме дистанционного обучения необходимо: телефон или компьютер с подключением к сети интернет и веб-камерой, видеочамера для записи офлайн видео-урока, соответствующее программное обеспечение для реализации телекоммуникационной связи педагога с обучающимися, аудио-аппаратура (у педагога и обучающихся).

**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.**

В качестве методов диагностики результатов обучения используются практические задания по пройденным темам, метод наблюдения, то есть педагог отслеживает наличие отсутствия или наличие прогресса у группы, у каждого обучающегося в отдельности.

### **2.5 Методические материалы.**

Методы, используемые на занятиях.

*Методы организации деятельности:* репродуктивный, объяснительно-иллюстративный, наглядный.

*Методы воспитания:* положительный пример, соревновательный.

*Методы стимулирования:* поощрение, одобрение.

*Формы работы с родителями:* родительские собрания, консультации, привлечение в подготовке к соревнованиям.

### 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. Гарбалаускас Играем 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 «Триумф»

Дата проведения: \_\_\_\_\_.

Форма проведения:

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

Вывод: \_\_\_\_\_

ПДО \_\_\_\_\_ А. А. Абраменкова

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
Центр творчества

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

№	месяц	Наименование мероприятия	Форма проведения
1.	сентябрь	Заведомо ложное сообщение об акте терроризма.	беседа
2.	октябрь	Православные праздники.	беседа
3.	ноябрь	Наша Родина – Россия.	беседа
4.	декабрь	Жизнь – это бесценный дар.	беседа
5.	январь	Я выбираю профессию – педагог дополнительного образования..	беседа
6.	февраль	О здоровом и правильном питании.	беседа
7.	март	Вторая жизнь вещей.	мастер-класс
8.	апрель	Не забудем никогда!	беседа
9.	май	Будь внимателен на дороге.	беседа