

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 312 с углубленным изучением французского языка
Фрунзенского района Санкт-Петербурга

Согласовано на заседании
педагогического совета
ГБОУ школа № 312
Протокол № 1 от 30.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № 103-10 - о от 30.08. 2024 г.
Директор ГБОУ школа № 312
С.А. Симанова



Дополнительная
общеразвивающая программа
«Подвижные игры с мячом»
Возраст обучающихся: 8 - 13 лет
Срок освоения: 1 год

Разработчик:
Андреев Максим Евгеньевич
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Дополнительное образование детей общеобразовательных учреждений объединяет все виды деятельности обучающихся (кроме учебной деятельности), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации.

Согласно Базисному учебному плану общеобразовательных учреждений Российской Федерации организация занятий по направлениям дополнительного образования является неотъемлемой частью образовательного процесса. Время, отводимое на дополнительное образование, используется по желанию обучающихся в формах, отличных от урочной системы обучения. В Базисном учебном плане общеобразовательных учреждений Российской Федерации в числе основных *направлений дополнительного образования детей* выделено спортивно - оздоровительное направление.

Программа дополнительного образования «Подвижные игры с мячом» предназначена для физкультурно – спортивной и оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту.

Материал программы предполагает изучение основ трёх спортивных игр: баскетбола, волейбола, футбола и даётся в трёх разделах: основы знаний, общая физическая подготовка и специальная техническая подготовка.

Материал по общей физической подготовке является единым для всех спортивных игр и входит в каждое занятие курса.

Программа разработана на основе требований к результатам освоения образовательной программы.

ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ

Направленность программы: физкультурно – спортивная

Адресат программы: программа предназначена для мальчиков и девочек в возрасте от 8 до 13 лет, не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям спортом в учреждении дополнительного образования.

Актуальность программы: Актуальность данной программы состоит в том, что она способствует реализации сил, знаний, полученных детьми и подростками в базовом компоненте, формированию жизненных ценностей, овладению опытом самоорганизации, самореализации, и самоконтроля.

Отличительные особенности: заключаются в том, что программа основывается на постепенном развитии природных способностей детей, строгой последовательности в овладении технических приемов подвижных игр с мячом, систематичностью и регулярностью занятий, целенаправленностью учебного процесса.

Уровень освоения программы: базовый.

Объем и сроки освоения программы: программа рассчитана на 1 год (144 часа).

Кол-во часов в год	Кол-во недель	Режим занятий
144 часа	36 недель	2 раза в неделю по 2 часа

Цель программы «Подвижные игры с мячом»: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.

Задачи программы:

Обучающие:

- ознакомление с правилами игр;
- обучение технико-тактическим приемам;
- формирование представления о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации.

Воспитательные:

- формирование потребности в физических упражнениях;
- воспитание чувства партнёрства, командного духа;
- воспитание выносливости, находчивости.

Развивающие:

- способствовать развитию двигательных навыков и умений;

- способствовать формированию и развитию у детей стойкого интереса к здоровому образу жизни;
- способствовать повышению работоспособности и двигательной активности.

Планируемые результаты освоения обучающимися программы дополнительного образования:

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются личностные, метапредметные и предметные результаты. *Личностные результаты* обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей; *предметные* – через формирование основных элементов научного знания, а *метапредметные* результаты – через универсальные учебные действия (далее УУД).

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:

- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

Метапредметные результаты:

- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;
- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;
- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.
- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и

произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Предметные результаты:

Обучающиеся приобретут знания:

- особенностей воздействия двигательной активности на организм человека;
 - правил оказания первой помощи;
 - правил безопасного поведения во время занятий спортивными играми;
 - способов сохранения и укрепления здоровья;
- получат представление
- о влиянии здоровья на успешную учебную деятельность;
 - о значении физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
 - об основном содержании правил соревнований по спортивным играм.

научатся:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;
- выполнять технические приёмы игр;
- выполнять упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);

- выполнять контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности;
- понимать жесты судьи спортивных игр.

могут научиться:

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях спортивными играми;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях спортивными играми;
- играть в спортивные игры с соблюдением основных правил;
- продемонстрировать жесты судьи спортивных игр;
- проводить судейство спортивных игр.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Язык реализации программы: русский.

Форма обучения: очная

Особенности реализации программы дополнительного образования: количество часов и место проведения занятий.

Срок реализации: 1 год.

Программа дополнительного образования по спортивно - оздоровительному направлению «Подвижные игры с мячом» предназначена для обучающихся 8 – 13 лет. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 4 часов в неделю, всего 144 часа в год.

Принадлежность к дополнительному образованию определяет режим проведения, а именно все занятия проводятся после уроков основного расписания, продолжительность 90 минут. Реализация данной программы в рамках дополнительного образования соответствует предельно допустимой нагрузке обучающихся.

Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке. Организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

Материально-техническое обеспечение

Оборудование спортзала:

1. Перекладина гимнастическая (пристеночная).
2. Стенка гимнастическая.
3. Комплект навесного оборудования.
(перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты)
4. Мячи: баскетбольные, футбольные, волейбольные.
5. Палка гимнастическая.
6. Скакалка детская.
7. Мат гимнастический.
8. Кегли.
9. Обруч пластиковый детский.
10. Рулетка измерительная.
11. Щит баскетбольный тренировочный.
12. Сетка волейбольная.
13. Аптечка.
14. Мяч малый (теннисный).

Пришкольный стадион (площадка):

1. Игровое поле для мини-футбола.
2. Площадка игровая баскетбольная.
3. Площадка игровая волейбольная.
4. Гимнастическая площадка.

Формы организации и проведения занятий:

- групповые и индивидуальные учебно-тренировочные занятия;
- теоретические занятия;
- физические упражнения;
- спортивные игры.

Учебный план обучения

по дополнительной общеразвивающей программе «Подвижные игры с мячом»

№ п/п	Название темы	Всего часов	Теория	Практика	Контроль
1.	Подвижные игры, техника безопасности на занятиях.	30	2	28	Наблюдение Тестирование Выполнение нормативов Результаты игр.
2.	Подвижные игры с элементами баскетбола. Техника безопасности на занятиях.	38	6	32	Наблюдение Тестирование Выполнение нормативов Результаты игр.

3.	Подвижные игры с элементами волейбола. Техника безопасности на занятиях.	34	6	28	Наблюдение Тестирование Выполнение нормативов Результаты игр.
4.	Подвижные игры с элементами футбола. Техника Безопасности на занятиях.	42	6	36	Наблюдение Тестирование Выполнение нормативов Результаты игр..
	ИТОГО:	144	20	124	

УТВЕРЖДЕН
Приказом № 103-10-о от 30.08. 2024 г.
Директор ГБОУ СО № 312
СА Симанова

**Календарный учебный график реализации
дополнительной общеразвивающей программы «Подвижные игры с мячом»
на 2024-2025 учебный год**

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2024	31.05.2025	36	144	2 раз в неделю по 2 часа

Рабочая программа первого года обучения
к дополнительной общеразвивающей программе «Подвижные игры с мячом»

Задачи 1-го года обучения

Обучающие:

- ознакомление с правилами игр;
- обучение технико-тактическим приемам;
- формирование представления о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации.

Воспитательные:

- формирование потребности в физических упражнениях;
- воспитание чувства партнёрства, командного духа;
- воспитание выносливости, находчивости.

Развивающие:

- способствовать развитию двигательных навыков и умений;
- способствовать формированию и развитию у детей стойкого интереса к здоровому образу жизни;
- способствовать повышению работоспособности и двигательной активности.

Содержание программы 1-го года обучения

Тема 1. Подвижные игры, техника безопасности на занятиях.

Теория: Техника безопасности на занятиях. Техника безопасности при выполнении ОФП.

Знакомство с подвижными играми. Работа над формированием бережного отношения к инвентарю.

Практика: Подвижные игры на развитие быстроты и ловкости. Упражнения для развития силы, ловкости и координации. Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей. Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками. Активно включаться в общение. Объяснение правил игр. Работа над выработкой внимательности, целеустремленности, умения преодолевать трудности.

Контроль: Тестирование. Наблюдение. Выполнение нормативов. Результаты игр

Тема 2. Подвижные игры с элементами баскетбола. Техника безопасности на занятиях.

Теория: Техника безопасности при занятиях с баскетбольными мячами. Правила выполнения упражнений. Виды подвижных игр. Виды и правила игр. Правила разминки.

Практика: Комплекс ОФП. Овладеть навыками координации, и ловкости рук при выполнении передач. Овладеть навыками ведения мяча. Работа над развитием навыков командного взаимодействия. Командная игра с мячом. Овладеть навыками игры в баскетбол; сформировать навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием. Передачи мяча в командах. Овладеть навыками ловли мяча и игры в баскетбол. Совершенствовать технику ведения и передачи мяча.

Контроль: Тестирование. Наблюдение. Выполнение нормативов. Результаты игр

Тема 3. Подвижные игры с элементами волейбола. Техника безопасности на занятиях.

Теория: Техника безопасности при занятиях с волейбольными мячами. Углубление представления об основных видах спорта. Правила игры в волейбол. Правила отработки передач. Овладеть навыком оказания первой помощи при травмах. Способствовать развитию представления о соревнованиях, правилах игры.

Практика: Овладеть навыками игры в волейбол. Упражнения с мячами на ловкость. Овладеть техникой передачи мяча. Способствовать развитию ловкости. Способствовать развитию координации, и ловкости рук при выполнении передач. Командная игра с мячом.

Контроль: Тестирование. Наблюдение. Выполнение нормативов. Результаты игр

Тема 4. Подвижные игры с элементами футбола. Техника безопасности на занятиях.

Теория: Техника безопасности при занятиях с футбольными мячами. Правила игры в футбол. Правила отработки удара по мячу. Тактические варианты игры. Тактика игры в нападении. Тактика игры в защите. Тактические действия полевых игроков. Обучение занимающихся правильному расположению на футбольном поле и умению выполнять

основные тактические действия в нападении и защите.

Практика: Овладеть навыками игры в футбол. Способствовать развитию координации работы ног. Командная игра с мячом. Удары по мячу ногой. Удары на точность. Удары по мячу головой. Остановка мяча. Ведение мяча. Ложные движения (финты). Отбор мяча, перехват мяча. Воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время.

Контроль: Тестирование. Наблюдение. Выполнение нормативов. Результаты игр

Планируемые результаты освоения обучающимися программы дополнительного образования:

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются личностные, метапредметные и предметные результаты. *Личностные результаты* обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей; *предметные* – через формирование основных элементов научного знания, а *метапредметные* результаты – через универсальные учебные действия (далее УУД).

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:

- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

Метапредметные результаты:

- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;
- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;

- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.
- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Предметные результаты:

Обучающиеся приобретут знания:

- особенностей воздействия двигательной активности на организм человека;
 - правил оказания первой помощи;
 - правил безопасного поведения во время занятий спортивными играми;
 - способов сохранения и укрепления здоровья;
- получат представление
- о влиянии здоровья на успешную учебную деятельность;
 - о значении физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
 - об основном содержании правил соревнований по спортивным играм.

научатся:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своём здоровье;
- выполнять технические приёмы игр;

- выполнять упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- выполнять контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности;
- понимать жесты судьи спортивных игр.

могут научиться:

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях спортивными играми;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях спортивными играми;
- играть в спортивные игры с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты судьи спортивных игр;
- проводить судейство спортивных игр.

Календарно – тематическое планирование

№п/п	Дата		Название раздела	Тема учебного занятия	Всего часов			Контроль
	план	факт				Теория	Практика	
1			Подвижные игры. Вводное занятие.	Вводное занятие. Техника безопасности	2	1 Техника безопасности на занятиях. Техника безопасности при выполнении ОФП. Знакомство с подвижными играми. Работа над формированием бережного отношения к инвентарю.	1 Подвижные игры на развитие быстроты и ловкости. Упражнения для развития силы, ловкости и координации	Тестирование Наблюдение
2			Подвижные игры.	«Ловишки -перебежки»	2		2 Проявлять дисциплированность и упорство в достижении поставленных	Наблюдение Выполнение нормативов

							целей.	
3			Подвижные игры	«Паровозик»	2		2 Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	Наблюдение Выполнение нормативов
4			Подвижные игры	Игры на развитие силовых способностей	2		2 ОФП. Игры на развитие силовых способностей.	Наблюдение Выполнение нормативов
5			Подвижные игры	«На одной ноге»	2		2 Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей.	Наблюдение Выполнение нормативов
6			Подвижные игры	«Петушиный бой»	2		2 Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками. Выработка умения работать с партнером.	Наблюдение Выполнение нормативов
7			Подвижные игры	«Веселый бег»	2		2 Активно включаться в общение. Объяснение	Наблюдение Выполнение нормативов

							правил игр. Работа над выработкой внимательности, целеустремленности, умения преодолевать трудности	
8		Подвижные игры	Игры на комплексное развитие координационных способностей.	2		2	Игровой тренинг. ОФП: Упражнения на развитие мышц брюшного пресса. Воспитание выносливости, трудолюбия.	Тестирование Результаты игр
9		Подвижные игры	Подвижные игры на развитие быстроты и ловкости.	2	1	1	ТБ в играх на развитие быстроты и ловкости. Правила и виды игр. Работа над воспитанием умения работать с партнером.	Наблюдение Выполнение нормативов
10		Подвижные игры	«Охота на тигра»	2		2	Формирование уважительного отношения к иному мнению. Работа над воспитанием дисциплинированности, ответственности.	
11		Подвижные игры	«Донести рыбку»	2		2		Наблюдение Выполнение

							Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями. Работа над воспитанием дисциплинированности, ответственности.	нормативов
12		Подвижные игры.	«Черепашка-путешественница»	2		2	Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей. Воспитание психологии победителя, уверенности в своих силах.	Наблюдение Выполнение нормативов
13		Подвижные игры.	«Собери орехи»	2		2	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками. Работа над воспитанием дисциплинированности, ответственности.	Наблюдение Выполнение нормативов
14		Подвижные игры	Эстафеты	2		2	Игровые эстафеты. ОФП: упражнения на	Наблюдение Выполнение нормативов

							растягивание. Работа над развитием навыков командного взаимодействия.	
15		Подвижные игры	Русская народная игра «Краски»	2		2	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками. Работа над воспитанием дисциплинированности, ответственности.	Тестирование Результаты игр
16		Подвижные игры с элементами баскетбола.	Правила поведения в спортивном зале. Правила разминки.	2	1 Техника безопасности при занятии с баскетбольным мячом.	1 Правила разминки. Разминка		Наблюдение Выполнение нормативов Тестирование
17		Подвижные игры с элементами баскетбола.	Отработка быстроты при передаче мяча.	2	1 Правила выполнения упражнений.	1 Комплекс ОФП. Овладеть навыками координации, и ловкости рук при выполнении передач;		Наблюдение Выполнение нормативов
18		Подвижные игры с элементами баскетбола.	Ведение мяча на месте и в движении. Подвижная игра.	2		2 Овладеть		Наблюдение Выполнение нормативов

							<p>навыками ведения мяча.</p> <p>Работа над развитием навыков командного взаимодействия.</p>	
19		Подвижные игры с элементами баскетбола.	Игра — Гонка мячей по кругу.	2	1 Техника безопасности при выполнении ОФП. Виды подвижных игр.	1 Командная игра с мячом.	Наблюдение Выполнение нормативов	
20		Подвижные игры с элементами баскетбола.	Игра - Мотоциклисты	2	1 Виды и правила игр.	1 Командная игра с мячом. Овладеть навыками игры в баскетбол; сформировать навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием	Наблюдение Выполнение нормативов	
21		Подвижные игры с элементами баскетбола.	Игра - Пятнашки в тройках.	2		2 Игра с мячом на командное взаимодействие. Передачи мяча в командах.	Наблюдение Выполнение нормативов	
22		Подвижные игры с элементами баскетбола.	Отработка ловли мяча. Рывок за мячом.	2		2 Овладеть навыками ловли	Наблюдение Выполнение нормативов	

							мяча и игры в баскетбол.	
23		Подвижные игры с элементами баскетбола.	Челночный бег с ведением мяча. Подвижная игра.	2		2	Овладеть навыками ведения мяча. ОФП.	Наблюдение Выполнение нормативов
24		Подвижные игры с элементами баскетбола.	Эстафета с ведением мяча и передачей во встречную колонну.	2		2	ОФП. Упражнения с мячами на ловкость. Совершенствовать технику ведения и передачи мяча.	Результаты игр
25		Подвижные игры с элементами баскетбола.	Эстафета с ведением мяча правой, левой рукой до поворотной отметки и обратно.	2		2	Совершенствование навыков игры в баскетбол. Командные эстафеты. Игры на командное взаимодействие	Результаты игр
26		Подвижные игры с элементами баскетбола.	Игра - Массовый баскетбол.	2		2	Командная игра с мячом. Совершенствовать навыками игры в баскетбол; формировать	Результаты игр

							навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием	
27		Подвижные игры с элементами баскетбола.	Отработка быстроты при передаче мяча.	2	1 Правила выполнения упражнений.	1 Комплекс ОФП. Овладеть навыками координации, и ловкости рук при выполнении передач;	Наблюдение Выполнение нормативов	
28		Подвижные игры с элементами баскетбола.	Игра —Гонка мячей по кругу.	2	1 Техника безопасности при выполнении ОФП. Виды подвижных игр.	1 Командная игра с мячом.	Наблюдение Выполнение нормативов	
29		Подвижные игры с элементами баскетбола.	Игра - Пятнашки в тройках.	2		2 Игра с мячом на командное взаимодействие. Передачи мяча в командах.	Наблюдение Выполнение нормативов	
30		Подвижные игры с элементами баскетбола.	Ведение мяча на месте и в движении. Подвижная игра.	2		2 Овладеть навыками ведения мяча.	Наблюдение Выполнение нормативов	

							Работа над развитием навыков командного взаимодействия.	
31		Подвижные игры с элементами баскетбола.	Игра - Мотоциклисты	2		2	Командная игра с мячом. Овладеть навыками игры в баскетбол; сформировать навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием	Наблюдение Выполнение нормативов
32		Подвижные игры с элементами баскетбола.	Челночный бег с ведением мяча. Подвижная игра.	2		2	Овладеть навыками ведения мяча. ОФП.	Наблюдение Выполнение нормативов
33		Подвижные игры с элементами баскетбола.	Эстафета с ведением мяча и передачей во встречную колонну.	2		2	ОФП. Упражнения с мячами на ловкость. Совершенствовать технику ведения и передачи мяча.	Результаты игр
34		Подвижные игры с элементами баскетбола.	Игра - Массовый баскетбол.	2		2	Командная игра	Результаты игр

							с мячом. Совершенствовать навыками игры в баскетбол; формировать навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием	
35		Подвижные игры с элементами волейбола. Техника безопасности на занятиях.	Правила поведения в спортивном зале.	2	1 Техника безопасности при занятии с волейбольным мячом.	1 Правила разминки. Разминка	Тестирование Наблюдение	
36		Подвижные игры с элементами волейбола.	Отработка техники игры. Перемещения.	2	1 Правила игры в волейбол. Углубление представления об основных видах спорта.	1 Овладеть навыками игры в волейбол.	Наблюдение Выполнение нормативов	
37		Подвижные игры с элементами волейбола.	Отработка техники защиты. Прием мяча.	2	1 Соблюдение правил техники безопасности во время занятий. Способствовать развитию представления о соревнованиях, правилах игры.	1 Овладеть навыками игры в волейбол;	Наблюдение Выполнение нормативов	

38		Подвижные игры с элементами волейбола.	Эстафета –Не потеряй мяч.	2		2 ОФП. Упражнения с мячами на ловкость. Овладеть техникой передачи мяча.	Наблюдение Выполнение нормативов
39		Подвижные игры с элементами волейбола.	Принятие основной стойки из различных исходных положений.	2		2 Овладеть навыками игры в волейбол; Способствовать развитию ловкости.	Наблюдение Выполнение нормативов
40		Подвижные игры с элементами волейбола.	Принятие основной стойки ноги врозь, приседанием.	2		2 Овладеть навыками игры в волейбол; Способствовать развитию ловкости.	Наблюдение Выполнение нормативов
41		Подвижные игры с элементами волейбола.	Отработка высокой передачи над собой, перемещение.	2	1 ТБ на занятиях. Правила отработки передач.	1 Овладеть навыками игры в волейбол. Способствовать развитию координации, и	Наблюдение Выполнение нормативов

							ловкости рук при выполнении передач.	
42		Подвижные игры с элементами волейбола.	Отработка высокой передачи над собой, перемещение.	2		2	Овладеть навыками игры в волейбол. Способствовать развитию координации, и ловкости рук при выполнении передач.	Наблюдение Выполнение нормативов
43		Подвижные игры с элементами волейбола.	Игра -Гонка по кругу.	2		2	Командная игра с мячом. Овладеть навыками игры в волейбол; сформировать навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием	Наблюдение Выполнение нормативов
44		Подвижные игры с элементами волейбола.	Перемещение,выпад, падение.	2		2	Овладеть навыками игры в волейбол; сформировать навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием	Наблюдение Выполнение нормативов

45		Подвижные игры с элементами волейбола.	Перемещение,выпад, падение.	2		2 Овладеть навыками игры в волейбол; сформировать навык самостраховки при падении.	Наблюдение Выполнение нормативов
46		Подвижные игры с элементами волейбола.	Передача мяча в падении, наброшенного партнером в сторону на 1,5м.	2	1 Овладеть навыком оказания первой помощи при травмах;	1 Овладеть навыками игры в волейбол; Способствовать развитию координационных способностей.	Наблюдение Выполнение нормативов
47		Подвижные игры с элементами волейбола.	Эстафета –Не потеряй мяч.	2		2 ОФП. Упражнения с мячами на ловкость. Овладеть техникой передачи мяча.	Наблюдение Выполнение нормативов
48		Подвижные игры с элементами волейбола.	Отработка техники игры. Перемещения.	2	1 Правила игры в волейбол.	1 Овладеть навыками игры в волейбол. Углубление представления об основных видах спорта.	Наблюдение Выполнение нормативов

49		Подвижные игры с элементами волейбола.	Принятие основной стойки из различных исходных положений.	2		2 Овладеть навыками игры в волейбол; Способствовать развитию ловкости.	Наблюдение Выполнение нормативов
50		Подвижные игры с элементами волейбола.	Принятие основной стойки ноги врозь, приседанием.	2		2 Овладеть навыками игры в волейбол; Способствовать развитию ловкости.	Наблюдение Выполнение нормативов
51		Подвижные игры с элементами волейбола.	Игра –Гонка по кругу.	2		2 Командная игра с мячом. Овладеть навыками игры в волейбол; сформировать навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием	Наблюдение Выполнение нормативов Результаты игр
52		Подвижные игры с элементами футбола. Техника	Техника безопасности на занятиях. Правила поведения.	2	1 Техника безопасности при занятии с	1 Овладеть навыками игры в футбол;	Тестирование Наблюдение

			безопасности на занятиях.			футбольным мячом.	воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;	
53			Подвижные игры с элементами футбола.	Ведение мяча.	2	1 Правила игры в футбол.	1 Овладеть навыками игры в футбол.	Наблюдение Выполнение нормативов
54			Подвижные игры с элементами футбола.	Ведение мяча между флажками.	2		2 Овладеть навыками игры в футбол. Способствовать развитию координации работы ног.	Наблюдение Выполнение нормативов
55			Подвижные игры с элементами футбола.	Игра - Футбольный слалом.	2		2 Командная игра с мячом. Овладеть навыками игры в футбол; формировать навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием	Наблюдение Выполнение нормативов

56		Подвижные игры с элементами футбола.	Отработка удара по не подвижному мячу.	2	1 ТБ на занятиях. Правила отработки удара по мячу.	1 Овладеть навыками удара по мячу разными способами.	Наблюдение Выполнение нормативов
57		Подвижные игры с элементами футбола.	Игра-Футболист.	2		2 Командная игра с мячом. Овладеть навыками игры в футбол.	Наблюдение Выполнение нормативов
58		Подвижные игры с элементами футбола.	Удар мяча в сетку и его прием.	2		2 Овладеть навыками игры в футбол. Способствовать развитию силы мышц ног.	Наблюдение Выполнение нормативов
59		Подвижные игры с элементами футбола.	Игра —Сильный удар.	2		2 Игра с мячом на командное взаимодействие. Удар мяча по воротам.	Наблюдение Выполнение нормативов
60		Подвижные игры с элементами футбола.	Игра —Попади в мишень.	2		2 Командная игра с мячом. Овладеть навыками игры в футбол; Способствовать развитию ловкости.	Наблюдение Выполнение нормативов

61		Подвижные игры с элементами футбола.	Игра «хоккей руками»	2		2 Игра с мячом на командное взаимодействие.	Наблюдение Выполнение нормативов
62		Подвижные игры с элементами футбола.	Ведение мяча между флажками с ударом по воротам.	2		2 Совершенствовать навыки игры в футбол. Способствовать развитию координации и ловкости работы ног.	Наблюдение Выполнение нормативов
63		Подвижные игры с элементами футбола.	Учебная игра.	2		2 Командная игра с мячом. Совершенствовать навыки игры в футбол.	Результаты игры
64		Подвижные игры с элементами футбола.	Ведение мяча.	2	1 Правила игры в футбол.	1 Совершенствовать навыки игры в футбол.	Наблюдение Выполнение нормативов
65		Подвижные игры с элементами футбола.	Отработка удара по катящемуся мячу.	2	1 ТБ на занятиях. Правила отработки удара по мячу.	1 Совершенствовать навыки удара по мячу разными способами.	Наблюдение Выполнение нормативов
66		Подвижные игры с элементами футбола.	Ведение мяча между флажками с ударом по воротам.	2	1 Овладеть навыком оказания	1 Совершенствовать навыки игры в	Наблюдение Выполнение нормативов

						первой помощи при травмах;	футбол. Способствовать развитию координации и ловкости работы ног.	
67		Подвижные игры с элементами футбола.	Удар мяча в сетку и его прием.	2		2 Совершенствовать навык игры в футбол. Способствовать развитию силы мышц ног.	Наблюдение Выполнение нормативов	
68		Подвижные игры с элементами футбола.	Игра —Сильный удар.	2		2 Игра с мячом на командное взаимодействие. Удар мяча по воротам.	Наблюдение Выполнение нормативов	
69		Подвижные игры с элементами футбола.	Игра —Попади в мишень.	2		2 Командная игра с мячом. Овладеть навыками игры в футбол; Способствовать развитию ловкости.	Наблюдение Выполнение нормативов	
70		Подвижные игры с элементами футбола.	Учебная игра.	2		2 Командная игра с мячом. Совершенствовать навыки игры в футбол.	Результаты игры	

71		Подвижные игры с элементами футбола.	Отработка и закрепление умений и навыков.	2		2 Совершенствовать навыки игры в футбол. Воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;	Наблюдение Выполнение нормативов
72		Подвижные игры с элементами футбола.	Итоговое занятие. Отработка и закрепление умений и навыков.	2		2 Совершенствовать навыки игры в футбол. Воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;	Тестирование Результаты игры

Методические материалы дополнительной общеразвивающей программы «Подвижные игры с мячом»

Программой предусматриваются теоретические и практические занятия, выполнение нормативов, технических приемов

Используются такие педагогические технологии: здоровьесберегающие, информационно- коммуникационная технологии, игровая деятельность, а также дидактические средства - физические упражнения.

Основными формами образовательного процесса являются:

- групповые и индивидуальные учебно-тренировочные занятия;
- теоретические занятия;
- тестирование;
- самостоятельная подготовка.

Успешное решение образовательных задач возможно при использовании двух групп методов: общепедагогических и спортивных.

Общепедагогические или дидактические методы включают метод наглядности, систематичности, доступности, индивидуализации обучения при единстве требований, метод опережающего развития физических качеств по отношению к технической подготовке, метод

раннего освоения сложных элементов, метод соразмерности, т.е. оптимального и сбалансированного развития физических качеств, раннего освоения сложных элементов, метод соразмерности, т.е. оптимального и сбалансированного развития физических качеств.

Спортивные методы включают: метод непрерывности и цикличности учебно- тренировочного процесса; метод максимальности и постепенности повышения требований; метод волнообразности динамики тренировочных нагрузок; метод моделирования соревновательной деятельности в тренировочном процессе. Применяются также игровой, соревновательный метод и метод круговой тренировки.

Теоретический материал обычно дается в начале занятия. Новую тему, то или иное задание необходимо объяснять просто и доходчиво, обязательно закрепляя объяснения показом наглядного материала и показом приемов работы.

Практические занятия – основная форма работы с обучающимися, где умения закрепляются, в ходе повторения – совершенствуются и формируются навыки. Приобретенные умения и навыки используются воспитанниками в соревновательной деятельности в зависимости от сложившихся и меняющихся условий.

Разносторонняя физическая подготовка проводится на протяжении всего учебно- тренировочного процесса. Все упражнения делятся на общеразвивающие, подготовительные, подводящие и основные. Общеразвивающие и подготовительные упражнения направлены преимущественно на развитие функциональных особенностей организма, а подводящие и основные

– на формирование технических навыков.

В процессе обучения техническим приемам используется сочетание метода целостного разучивания и разучивания по частям. Вначале технический прием изучают в целом, затем переходят к составным частям и заключение снова возвращаются к выполнению действия в целом. В процессе совершенствования техники происходит формирование тактических умений.

Широко используются игровые технологии

Распределение времени на все разделы работы осуществляется в соответствии с задачами каждого учебно-тренировочного занятия, в соответствии с этим происходит распределение учебного времени по видам подготовки при разработке текущего планирования.

Приложение №1.

Входной контроль

Форма: Наблюдение (Диагностика уровня подготовленности учащихся)

<i>Название</i>	<i>Описание</i>	<i>Баллы</i>
Предметные знания, умения и навыки.	Хорошо знаком с правилами техники безопасности при проведении разминки, выполнении нормативов, , активно поддерживает беседу во время занятия;	3 б.
	Обладает отрывочными знаниями, заинтересован процессом обучения;	2 б.
	Испытывает трудность при ответе на вопросы педагога, не обладает достаточным уровнем мотивации.	1 б.
	Знания отсутствуют, интереса к занятию не проявляет.	0 б.
Познавательные способности	Проявляет интерес к изучаемым темам и практическим заданиям;	3 б.
	Не всегда проявляет интерес к изучаемым темам и практическим заданиям;	2 б.
		1 б.

	Редко проявляет интерес к изучаемым темам и практическим заданиям; Не проявляет интереса к изучаемым темам, не выполняет практические задания.	0 б.
Регулятивные умения	Планирует свое время, все задания выполняет в срок; Выполняет необходимые задания с небольшим опозданием; Выполняет необходимые задания, но с большим опозданием; Не выполняет необходимые задания.	3 б. 2 б. 1 б. 0 б.

Анализ:

8-9 баллов — Высокий уровень развития

6-7 баллов — Нормальный уровень развития

5 баллов — Слабый уровень развития

4 и менее — Очень низкий уровень развития

Промежуточный контроль осуществляется посредством выполнения нормативов, технических приемов

Итоговый контроль по каждому из разделов программы осуществляется посредством результатов участия в спортивных играх.

Используемая литература:

1. Воротилкина И.М. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ» - издательство НЦ ЭНАС, 2004.
2. Николаева Н.И. «Школа мяча» - издательство «Детство-пресс», 2008.
3. Филипова С.О., под ред. «Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения» - «Детство-пресс», 2005.
4. Хабарова Т.В. «Развитие двигательных способностей старших дошкольников» - издательство «Детство-пресс», 2010.
5. Булычева,Т.И.Роль педагогических умений при обучении игре в баскетбол / Т.И.Булычева // Физическая культура в школе. –2012.
6. Кудрявцев М.Д. Методика обучения младших школьников двигательным действиям в баскетболе и формирование у них двигательных навыков в учебном процессе / М.Д.Кудрявцев, Н.В.Пашкова // Начальна яшкола. –2004.
7. Беляев, Анатолий Васильевич. Волейбол на уроке физической культуры :[учебно-метод. пособие] /А. В.Беляев. –2-е изд. –М. :Физкультура и спорт :СпортАкадем-Пресс,2005.
8. Ладихина Наталья. От простого –к сложному: Сто упражнений для обучения волейболу / Наталья Ладихина, Марина Порошина // Спорт в школе: прил. к газ. "Первое сентября". –2011.
9. Веревкин М.П. Мини-футбол на уроке физической культуры. -М.: Физкультура и спорт, 2006.
10. Голомазов С.В., Б.Г. Чирва Футбол. Теоретические основы и методика контроля технического мастерства.- М.: Физкультура и спорт, 2005.
11. Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Футбол. Теоретические основы совершенствования точности действия с мячом. М.:Физкультура и спорт, 2006.