

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..
	<b>ИТОГО:</b>	<b>144</b>	<b>20</b>	<b>124</b>	

**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	«Петушинный 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 ТБ в играх на развитие быстроты и ловкости. Правила и виды игр.	1	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

			<b>безопасности на занятиях.</b>			<b>футбольным мячом.</b>	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>
<b>Предметные знания, умения и навыки.</b>	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.
<b>Познавательные способности</b>	Проявляет интерес к изучаемым темам и практическим заданиям;	3 б.
	Не всегда проявляет интерес к изучаемым темам и практическим заданиям;	2 б.
		1 б.

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

**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 // Начальная школа. –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.