

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ВЕРХОРЕЧЕНСКАЯ СРЕ ДНЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
ИМЕНИ ПОРФИРИЯ ИВАНОВИЧА БЛАГИНИНА »
БАХЧИСАРАЙСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

ОДОБРЕНО
педагогическим советом
протокол № 10
от « 30 08 2024 год



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ЛЕТАЮЩИЙ МЯЧ»

Направленность: физкультурно-спортивная
Срок реализации программы: 1 год
Вид программы: модифицированная
Уровень: стартовый
Возраст обучающихся: 9-15 лет
Составитель:
Рамазанов Исмаил Фикратович,
учитель физической культуры

с.Верхоречье,
2024 г.

РАЗДЕЛ №1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В настоящее время основой разработки дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ дополнительного образования детей является следующая **нормативно-правовая база**:

– Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

– Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;

– Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;

– Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. №474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;

– Национальный проект «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 г. № 16);

– Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р;

– Концепция развития дополнительного образования детей, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р;

– Федеральный проект «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07 декабря 2018 г. № 3;

– Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– Приказ Мин. просвещения России от 03.09.2019 г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей»;

– Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 5 мая 2018 г. № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

– Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);

– Письмо Министерства образования и науки РФ от 29.03.2016 №ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 20.02.2019 № ТС – 551/07 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью»;

– «Об образовании в Республике Крым»: закон Республики Крым от 06.07.2015 № 131-ЗРК/2015;

– Устав Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Центр дополнительного образования детей» Бахчисарайского района Республики Крым;

– Положение о разработке и утверждении дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Центр дополнительного образования детей» Бахчисарайского района Республики Крым.

Направленность: физкультурно-спортивная.

Актуальность программы обусловлена тем, что в процессе изучения у учащихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, учащиеся приобщаются к ЗОЖ, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической.

Новизна программы состоит в возможности методами физической культуры и спорта предоставить равные права в получении образовательных услуг **категорией населения**, не вовлечённой в физкультурную деятельность из-за возраста, не имеющих определенной спортивной подготовки

Данная программа разработана с учётом принципов самоактуализации, индивидуализации, доступности и результативности.

Физическое воспитание обучающихся в общеобразовательном учреждении и учреждении дополнительного образования детей представляет собой единую систему, составными частями которой являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществления 'физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

Педагогическая целесообразность программы объясняется тем, что в современной социально-экономической ситуации эффективность системы дополнительного образования особенно актуальна, так как именно этот вид образования ориентирован на свободный выбор ребенка интересующих его видов спорта и форм деятельности, развитие его представлений о здоровом образе жизни, становлении познавательной мотивации и способностей. Программа разработана для желающих заниматься в секции ОФП на основе современных научных данных и практического опыта тренеров и является отображением единства теории и практики. А также на основе материала, который дети изучают на уроках физической культуры в общеобразовательной школе.

Отличительной особенностью программы по общей физической подготовке: отличие от основной образовательной программы, рабочая программа по общей физической подготовке дополнена с учетом интересов детей (в зависимости от возраста, пола, времен года и местных особенностей) к тем видам спорта, которые пользуются популярностью в повседневной жизни. Включено большое количество подвижных игр, что позволяет большую часть занятий проводить на улице.

Адресат программы: программа предназначена для учащихся 5-11 классов общеобразовательных учреждений, с учетом возрастных возможностей восприятия и усвоения теоретического материала и практических занятий.

Формы организации занятий-очное обучение

Основными формами учебно-тренировочной работы в секции являются: групповые занятия, участие в соревнованиях, теоретические занятия (в форме бесед, лекций, просмотра и анализа учебных кинофильмов, кино- или видеозаписей, просмотра соревнований), медико-восстановительные мероприятия, культурно-массовые мероприятия, участие в конкурсах и смотрах.

Формы проведения занятий.

Основными формами проведения занятий являются- тренировка и игра.

Объем и срок освоения программы - программа рассчитана на 1 год обучения, 34 учебных недели, 68 часов.

Уровень программы – базовый.

Особенности организации образовательного процесса – группа разновозрастная ,состав групп разный.

Режим занятий, периодичность и продолжительность - реализация программы планируется в 2 группах, по 1 занятию в неделю, продолжительностью 2 академических часа.

1 группа – вторник, 15:00-15:45.

2 группа – четверг, 15:00-15:45.

Цель и задачи программы.

Цель:

Создание условий для развития физических качеств и способностей, укрепления здоровья и формирования у воспитанников потребности в здоровом образе жизни и интереса к физической культуре и спорту.

Задачи:

Обучающие:

Освоить знания о физической культуре и спорте, роли и формировании здорового образа жизни.

Обучить умению использовать различные системы и виды физических упражнений в самостоятельных занятиях физической культурой.

Обучить навыкам выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применять их в игровой и соревновательной деятельности.

Развивающие:

Развивать двигательную активность за счет направленного воспитания основных физических качеств и физических способностей;

Развивать позитивное отношение к занятиям физической культурой, спортивным играм.

Воспитательные:

Воспитать ценностное отношение к своему здоровью и жизни, здоровью окружающих людей.

Воспитать положительные качества личности, нормы коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности;

Воспитать индивидуальные психические черты и особенности в общении и коллективном взаимодействии средствами и методами командно-игровой деятельности;

Воспитать положительное отношение к занятиям физической культурой и желанию продолжить своё физическое совершенство в дальнейшем.

Все эти меры в целом будут способствовать формированию у детей гражданско-патриотического мировоззрения и активной жизненной позиции.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации (контроля)
		Всего часов	Теория	Практика	
1.	Введение	1			Входящая диагностика
2.	Инструктаж по Т.Б	2	2		
3.	Теоретические занятия	10	10		
4.	Общая физическая подготовка	20		20	
5.	Техническая подготовка	33		33	
6.					
	Итоговая аттестация	2		2	Итоговая аттестация
	ИТОГО	68			

Тематический план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестаци и (контроля)
		Всего часов	Теория	Практика	
1.	<i>Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях</i>	1	1		Входящая диагностика
2.	<i>Строение и анатомия человека.</i>	1	1		
3	<i>Здоровье человека и здоровый образ жизни. Спортивные игры</i>	1	1		
4	<i>Сердечно сосудистая система и органы дыхания. Подвижные игры</i>	1	1		
5	<i>Работа органов дыхания и слуха. Подвижные игры</i>	1	1		тестирование
6	<i>Закаливание организма и личная гигиена человека. Спортивные игры</i>	1	1		
7	<i>Удар стопой. Ведение внутренней стороной стопы.</i>	1	1	1	
8	<i>Закрепление удара стопой.</i>	1	1	1	
9	<i>Упражнения для развития гибкости. Совершенствование удара-броска стопой.</i>	1	1	1	
10	<i>Эстафеты с элементами футбол. Ведение мяча носком.</i>	1	1	1	

11	Закрепление ведения мяча носком.	1	1	1	
12	<i>Закрепление защитной стойки.</i>	1	1	1	
13 14	<i>Совершенствование защитной стойки.</i>	2	2	2	
15	<i>Эстафеты .Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.</i>	1	1	1	
16	<i>Закрепление удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.</i>	1	1	1	
17	<i>Совершенствование удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.</i>	1	1	1	
18	<i>Совершенствование защитной стойки.</i>	1	1	1	
19	<i>Эстафеты .Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.</i>	1	1	1	
20	<i>Закрепление удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.</i>	1	1	1	
21	<i>Совершенствование удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.</i>	1	1	1	
22	<i>Удар внешней частью подъёма.</i>	1	1	1	
23	<i>Правила игры баскетбол.Стойки и перемещения баскетболиста.</i>	1	1	1	
24	<i>Эстафеты с</i>	1	1	1	

	предметами. Стойки и передвижения				
25	Передачи мяча в парах <i>Ведение мяча. Спортивные игры</i>	1	1	1	
26 27	Передачи мяча после ведения. Подвижные игры	2	2	2	
28	<i>Передачи мяча после ведения. Подвижные игры</i> Передачи мяча в парах, тройках. Учебная игра	1	1	1	
29	Броски мяча с места, в движении. Учебная игра	1	1	1	
30	Броски мяча с места, в движении. Учебная игра	1	1	1	
31	Подвижные игры с элементами баскетбола	1	1	1	
32	Броски мяча в прыжке. Штрафной бросок	1	1	1	
33	Подвижные игры с элементами баскетбола	1	1	1	
34	Эстафеты с элементами баскетбола	1	1	1	
35	Броски мяча. Учебная игра	1	1	1	тестирование
36	Упражнения для развития координации движений. Подвижные игры	1	1	1	
37	Техника безопасности на занятиях. Стойки и перемещения	1	1	1	

	<i>волейболиста</i>				
38	<i>Броски мяча в прыжке.Штрафной бросок</i>	1	1	1	
39	<i>Подвижные игры с элементами баскетбола</i>	1	1	1	
40	<i>Эстафеты с элементами баскетбола</i>	1	1	1	
41	<i>Броски мяча.Учебная игра</i>	1	1	1	
42	<i>Упражнения для развития координации движений. Подвижные игры</i>	1	1	1	
43	<i>Техника безопасности на занятиях.Стойки и перемещения волейболиста</i>	1	1	1	
44	<i>Прием и передачи мяча в парах .Учебная игра</i>	1	1	1	
45	<i>Учебная игра Эстафеты с элементами волейбола.Учебная игра</i>	1	1	1	
46	Подача мяча через сетку	1	1	1	зачет
47	<i>Подача мяча через сетку Прием мяча после подачи</i>	1	1	1	
48	Спортивные игры	1	1	1	
49	<i>Спортивные игры</i>	1	1	1	
50	<i>Прием мяча после подачи</i>	1	1	1	
51	<i>Спортивные игры</i>	1	1	1	
52	<i>Эстафеты с</i>	1	1	1	

	<i>предметами. Прием мяча после подачи</i>				
53	<i>Упражнения для развития силовых способностей. Спортивные игры</i>	1	1	1	
54	<i>Подвижные игры</i>	1	1	1	
55	<i>Эстафеты с предметами. Спортивные игры</i>	1	1	1	тестирование
56	<i>Подвижные игры</i>	1	1	1	
57	<i>Совершенствование удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы</i>	1	1	1	
58	<i>Упражнения для развития ловкости. Подвижные игры</i>	1	1	1	
59	<i>Совершенствование удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы</i>	1	1	1	
60	<i>Учебная игра</i>	1	1	1	
61	<i>Закрепление ведения мяча внешней частью подъёма</i>	1	1	1	
62	<i>Учебная игра</i>	1	1	1	
63	<i>Закрепление ведения мяча внешней частью подъёма</i>	1	1	1	
64	<i>Учебная игра</i>	1	1	1	Итоговая аттестация зачет
65	<i>Метание мяча на дальность(м)</i>	1	1	1	зачет
66	<i>Бег 30(с) и 60(с) метров. Спортивные игры</i>	1	1	1	зачет

67	<i>Бег 300м(с)</i>	1	1	1	
68	<i>Учебная игра</i>	1	1	1	

Содержание учебного плана)

Тема №1 Введение(1 час)

Тема №2 Инструктаж по технике безопасности на занятиях(2 часа)

Тема №3 Теоретические знания(10 часов.)

Здоровье и развитие человека. Строение тела человека и его положение в пространстве. Работа органов дыхания и сердечнососудистой системы. Роль слуха и зрения при движениях и передвижениях человека.

Влияние физических упражнений, закаливающих процедур, личной гигиены и режима дня для укрепления здоровья. Физические качества и их связь с физическим развитием. Комплексы упражнений на коррекцию осанки и развитие мышц.

Тема №4 Общая физическая подготовка (20 часов)

Основные формы движения, напряжение и расслабление мышц при выполнении упражнений.

Выполнение основных движений с различной скоростью. Изменение роста, веса и силы мышц.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств и правила их выполнения. Обучение движениям. Эмоции и их регулирование в процессе занятий физическими упражнениями.

Контроль над правильностью выполнения физических упражнений и тестирование физических качеств.

Названия и правила подвижных и спортивных игр, инвентарь, оборудование, организация, правила проведения и безопасность.

Метание и ловля

Подбрасывание и перепрыгивание мячей: различного веса и размера, изменяя исходные положения, а также способы бросков и ловли.

Упражнения в жонглировании мячами.

Упражнения на развитие физических качеств:

Общеразвивающие и оздоровительные упражнения:

Упражнения на развитие гибкости:

Упражнения на развитие ловкости и координации:

Жонглирование малыми предметами. Упражнения на формирование осанки:

Упражнения на проверку осанки, ходьба на носках, ходьба с заданной осанкой, видь; стилизованной ходьбы.

Упражнения для развития силовых способностей.

Тема №5 Техническая подготовка. Спортивные игры(35 часов)

Спортивные и подвижные игры:

Индивидуальные, парные, коллективные игры.

Игры с использованием гимнастических, легкоатлетических (бег, прыжки, метания) видов движений.

Подготовительные игры к баскетболу, футболу, волейболу (пионерболу) и другие.

Упражнения в положении туловища ниже горизонтального.

Примерный перечень подвижных игр:

Игры – соревнования (эстафеты). Игровые задания: «Кто быстрее перенесёт кегли?», «Ходьба и бег с препятствиями» (по шнуру, по гимнастической скамейке), «Кто быстрее докатит обруч до флажка?», «Не намочи ног» (пройти по кубам), «Построение и перестроение команд», «Найди, где спрятано», «Кто дольше?» (стойка на бревне на одной ноге), «Выбивала»

Баскетбол. Пионербол. Волейбол. Футбол.

Простейшие упражнения на освоение техники.

Игра по упрощенным правилам. Обучение приёмам техники:

Броски, ловля мячей, передача партнёру. Остановка в движении по звуковому сигналу. Подвижные игры и различные упражнения, развивающие двигательные качества и совершенствующие владение ловлей и передачей мяча.

Стойка, перемещение, остановки: смена направления движений; повороты, прыжки

Передача и ловля мяча: двумя руками на месте и в движении (шагом и бегом) без зрительного контроля; с остановкой, с приседанием, с изменением направления и скорости движения.

Ведение мяча

Обводка препятствий (партнёра) попеременно правой и левой рукой при пассивном и активном сопротивлении.

Броски: штрафные броски, бросок двумя руками от груди (без замаха, мяч выпускается над головой).

Выбивание, вырывание мяча, перехват мяча.

Сочетание приёмов техники. Подвижные игры с элементами баскетбола.

Обучение тактике.

Должны знать:

Правила игры в мини-баскетбол и баскетбол.

Правила техники безопасности при занятиях баскетболом.'

Правильно использовать и пользоваться инвентарём и оборудованием .

Должны уметь: овладеть приёмами техники спортивных игр (передача и ловля мяча, ведение мяча, бросок и ударов с места и после ведения, подач).

Знать правила игр, участвовать в играх

Планируемые результаты

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять при этом хладнокровие, сдержанность и рассудительность.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по ОФП являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять физическую культуру (физические упражнения) как средство(-а) укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- знать основные физические качества человека, индивидуальные показатели (длину и массу тела) физического развития;

- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности во время проведения занятий;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- знать правила и последовательность выполнения упражнений утренней гимнастики, физкультминуток, физкульт пауз, простейших комплексов для развития физических качеств и формирования правильной осанки; в комплексах по профилактике остроты зрения и дыхательной гимнастики;
- подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
- уметь передвигаться различными способами (ходьба, бег, прыжки) в различных условиях;
- выполнять общеразвивающие упражнения (с предметами и без предметов) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, гибкости, выносливости, двигательного-координационных способностей);
- быть способным применять жизненно важные умения и навыки в различных изменяющихся (вариативных) условиях.

РАЗДЕЛ №2.
КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ
КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Срок реализации	Всего учебных недель	Кол-во часов в неделю	Кол-во учебных часов	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения
1 год	34	2	68		

Режим занятий	Каникулы
2 раз в неделю 1 академический час Вторник - Четверг 15:00 – 15:45	

Условия реализации программы:

Материально – техническое обеспечение:

Занятия проводятся в спортзале школы и спортивной площадке школы .
Которые соответствует санитарно-гигиеническим нормам, требованиям ТБ, пожарной безопасности и позволяет проводить занятия со сменой деятельности. В наличии имеется аптечка для оказания первой медицинской помощи.

Места проведения занятий, оборудование и инвентарь:
спортивный зал;

спортивная площадка школы (улица)

баскетбольные щиты, волейбольная сетка, ворота для футбола.

мячи: футбольные, баскетбольные, волейбольные, резиновые, теннисные мячи, скакалки, стойки для обводки, перекладины, обручи, гимнастические палки. секундомер, свисток, рулетка.

Информационное обеспечение: фото, видео ,интернет ресурсы. Проведение бесед, теоретических знания , тестов с помощью интерактивной доски.

Кадровое обеспечение: *реализует программу тренер - преподаватель, учитель физической культуры ,образование высшее, специалист физического воспитания.*

Методика обеспечения образовательной программы , краткое описание методики работы по программе и включает в себя:

- особенности организации образовательного процесса;

очные занятия

- методика образовательного процесса;

- методы обучения; словесный, наглядный, практический, игровой.

- методы ; упражнение, стимулирование, мотивация и др.

- формы организации образовательного процесса

- индивидуальная, индивидуально-групповая, групповая, массовая.

- педагогические технологии;

технология индивидуализации обучения, группового, коллективного взаимодействия, технология игровой деятельности.

- алгоритм учебного занятия – подготовка оборудования, инвентаря к проведению занятия. Упражнения, зарядка; теоретическая часть занятия; физкультминутка; практическая часть занятия; окончание занятий.

Формы аттестации

Основными формами учебно-воспитательного процесса при реализации программы являются:

Перечисляются согласно учебному плану (зачет, творческая работа, соревнования, товарищеские встречи и турниры, выставка, конкурс, фестиваль и др.)

Формы отслеживания и фиксации результатов

грамота/диплом, журнал посещаемости, маршрутный лист, материал анкетирования и тестирования, протокол соревнований, фото, отзывы детей и родителей, свидетельство (сертификат), статья и др

Формы предъявления и демонстрации результатов

- учебная игра, соревнование, др.

Формы контроля.

- текущий, промежуточный, итоговый

Формы проведения контроля.

- педагогическое наблюдение, опрос, тесты и др., которые перечисляются согласно учебному плану.

Групповые, теоретические и практические занятия,

Соревнования различного уровня (тренировочные, школьные, районные)

Подвижные игры, эстафеты, сдача нормативов

Определяющей формой организации образовательного процесса по данной программе является секционные, практические занятия. Главная задача педагога дать учащимся основы знаний. Образовательный процесс строится так, чтобы учащиеся могли применить теоретические знания на практике, участвуя в соревнованиях.

Оценочные материалы

Контрольные нормативы по ОФП(зачет)

Методические материалы

Педагогические принципы обучения и тренировки

Реализация принципов сознательности и активности в тренировке с юными спортсменами означает формирование у них:

сознательного отношения к целям, задачам и содержанию тренировочной работы;

сознательного и активного участия в этой работе;

самостоятельности в контроле и оценке своих успехов.

Сущность принципа наглядности заключается в максимальном обеспечении соответствующих зрительных, двигательных и других представлений воспитанников об изучаемом движении.

Принципы систематичности и последовательности требуют от тренера и ученика соблюдения рациональности, системы и последовательности. Обучение юных спортсменов должно идти от простого к сложному, и каждый новый материал должен быть органически связан предыдущим. Принцип систематичности – это, прежде всего, регулярность занятий, рациональное чередование нагрузок и отдыха.

Принципы доступности и индивидуализации заключаются в обязательном учёте групповых, возрастных и индивидуальных различий учащихся при подборе оптимальных нагрузок в учебно - тренировочном процессе.

Методы обучения и тренировки

Метод строго регламентированного упражнения предусматривает:

твёрдую регламентацию программы движений (заранее обусловленный состав движений, порядок их повторения, изменения и взаимосвязи);

чёткую дозировку нагрузки и управление её динамикой по ходу выполнения упражнений, чёткое нормирование места и длительности интервалов отдыха;

создание или использование внешних условий, облегчающих управление учебно-тренировочным процессом и действиями обучающихся (применение вспомогательных снарядов, тренажёров, срочного контроля за воздействием нагрузки).

Игровой метод может быть применён на основе любых физических упражнений и необязательно связан с какими-либо играми. Используя игровой метод, можно добиться эмоциональности и высокой интенсивности работы

Соревновательный метод используется как в относительно элементарных формах (способ стимулирования интереса и активизации учащихся при выполнении отдельного упражнения на занятиях), так и в самостоятельном виде в качестве контрольно-зачётных или официальных спортивных соревнований. Отличительная черта соревновательного метода – сопоставление сил воспитанников в условиях упорядоченного соперничества за первенство или высокое достижение. Он используется во время проведения занятий в виде отдельных соревновательных упражнений на силу, быстроту и т.д

Словесные методы в учебно-тренировочных занятиях могут быть выражены в форме:

дидактического рассказа, беседы, обсуждения;

инструктирования (объяснение заданий, правил их выполнения);

указаний и команд (как правило, в повелительном наклонении);
сопроводительного пояснения (лаконичный комментарий и замечания);
оценки (способ текущей коррекции действий или их итогов);
Сенсорные методы могут реализоваться в форме:
показа самих упражнений;
демонстрации наглядных пособий;
просмотра кино- и видеоманускриптов;
посещения соревнований.

Формы подведения промежуточных итогов реализации ПДО представляют собой контрольные занятия для проверки степени освоения техники двигательных действий, тестирование для проверки уровня развития физических качеств, а также соревнования. Окончательные итоги реализации ПДО подводятся на двух заключительных занятиях учебного года (собеседование и тестирование).

Освоение дополнительной общеразвивающей программы сопровождается процедурой аттестации обучающихся в формате - оценка показателей развития физических качеств и двигательных способностей. Аттестация проводится в соответствии с учебным планом учреждения в установленные сроки по приказу учреждения. Успешное освоение дополнительной общеразвивающей программы дает возможность перевести обучающихся согласно положению о порядке перевода с одной дополнительной общеобразовательной программы на другую.

Комплексный контроль за уровнем подготовленности обучающихся играет большую роль в работе тренера-преподавателя. При этом выполняется полнота и глубина сведений по теоретической подготовке, двигательных действий в объеме изучаемых требований, уровень развития физических и технических способностей, результат улучшения личных показателей.

Теоретическая подготовка проверяется в ходе тренировочного занятия или соревновательной деятельности применительно изучаемого практического материала.

Формы аттестации:

Текущий контроль:

- уровень посещаемости занятий;
- количество тренировочных дней, занятий, соревновательных дней.

Итоговый контроль:

- освоение программы завершается итоговой аттестацией, проводимой в формате - оценка показателей развития физических качеств и двигательных способностей, сдача нормативов по ОФП, СФП, ТПП.

Итоговая аттестация основывается на индивидуальном подходе к каждому ребенку. Для проведения аттестации тренер-преподаватель готовит: спортивный инвентарь, место проведения, тесты, лист участия детей в контрольных испытаниях. При проведении контрольных упражнений особое внимание направлено на создание единых условий выполнения их для всех обучающихся. В контрольных упражнениях дается определенное количество попыток, учитывается лучший результат по 5-и бальной шкале. Результаты заносятся в протокол и хранятся в образовательном учреждении. По результатам сдачи нормативов итоговой аттестации осуществляется выпуск или перевод обучающихся на дополнительную общеразвивающую программу.

Обучающимся, не выполнившим предъявляемые Программой требования, предоставляется возможность продолжить повторное обучение на ознакомительном уровне.

Список литературы

Основная и дополнительная литература

СОСТАВЛЕНО НА ОСНОВЕ РЕГИОНАЛЬНОЙ КОМПЛЕКСНОЙ

ПРОГРАММА ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ (1-11кл)

Утверждена УС Криппо Протокол №5 от 04.09.2014г.

ИСПОЛЬЗУЕМЫЙ УЧЕБНИК

Физическая культура В .И . Лях. – М.:Просвещение, 2014г.

Перечень интернет-ресурсов для использования в образовательном процессе:

1. Теория и методика физического воспитания и спорта www.fizkulturaisport.ru

Оценочные материалы

№ п/п	Контрольные упражнения	дев	мал
1	Бег 30м (с)	5,3	5,1
2	Бег 300м (с)	-----	-----
3	Бег 400м (с)	-----	-----
4	Прямая и нижняя подача	5	6
5	Удар по мячу ногой на дальность	20	40
6	Передачи мяча в прах через сетку	10	12
7	Удар по мячу ногой на точность попадание (число попаданий)	4	5
8	Ведение мяча с обводкой стоек и удар по воротам	-----	-----
9	Бросок мяча после ведения	-----	-----

)

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Летающий мяч»

№ п/п		Сроки выполнения		Кол-во часов	Название раздела (кол-во часов), темы урока
план	факт	план	факт		
1		2	3	4	5
1				1	<i>Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях</i>

2				1	<i>Строение и анатомия человека.</i>
3				1	<i>Здоровье человека и здоровый образ жизни. Спортивные игры</i>
4				1	<i>Сердечно сосудистая система и органы дыхания. Подвижные игры</i>
5				1	<i>Работа органов дыхания и слуха. Подвижные игры</i>
6				1	<i>Закаливание организма и личная гигиена человека. Спортивные игры</i>
7				1	<i>Удар стопой. Ведение внутренней стороной стопы.</i>
8				1	<i>Закрепление удара стопой.</i>
9				1	<i>Упражнения для развития гибкости. Совершенствование удара-броска стопой.</i>
10				2	<i>Эстафеты с элементами футбол. Ведение мяча носком.</i>
11					
12				1	<i>Закрепление защитной стойки.</i>
13				1	<i>Совершенствование защитной стойки.</i>
14				1	<i>Эстафеты . Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.</i>
15				1	<i>Закрепление удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.</i>
16				1	<i>Совершенствование удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.</i>
17				1	<i>Совершенствование защитной стойки.</i>
18				1	<i>Эстафеты . Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.</i>
19				1	<i>Закрепление удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.</i>
20				1	<i>Совершенствование удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.</i>
21				1	<i>Удар внешней частью подъёма.</i>
22				1	<i>Правила игры баскетбол. Стойки и перемещения баскетболиста.</i>
23				2	<i>Эстафеты с предметами. Стойки и передвижения</i>
24					
25				2	<i>Передачи мяча в парах</i> <i>Ведение мяча. Спортивные игры</i>
26					
27				2	<i>Передачи мяча после ведения. Подвижные игры</i> <i>Передачи мяча в парах, тройках. Учебная игра</i>
28					
29				2	<i>Броски мяча с места, в движении. Учебная игра</i>
30					
31				1	<i>Броски мяча в прыжке. Штрафной бросок</i>

32				1	<i>Подвижные игры с элементами баскетбола</i>
33				1	<i>Эстафеты с элементами баскетбола</i>
34				1	<i>Броски мяча. Учебная игра</i>
35				1	<i>Упражнения для развития координации движений. Подвижные игры</i>
36				1	<i>Техника безопасности на занятиях. Стойки и перемещения волейболиста</i>
37				1	<i>Броски мяча в прыжке. Штрафной бросок</i>
38				1	<i>Подвижные игры с элементами баскетбола</i>
39				1	<i>Эстафеты с элементами баскетбола</i>
40				1	<i>Броски мяча. Учебная игра</i>
41				1	<i>Упражнения для развития координации движений. Подвижные игры</i>
42				1	<i>Техника безопасности на занятиях. Стойки и перемещения волейболиста</i>
43				1	<i>Прием и передачи мяча в парах. Учебная игра</i>
44				2	<i>Учебная игра</i>
45					<i>Эстафеты с элементами волейбола. Учебная игра</i>
46				2	<i>Подача мяча через сетку</i>
47					<i>Прием мяча после подачи</i>
48				1	<i>Спортивные игры</i>
49				1	<i>Прием мяча после подачи</i>
50				1	<i>Спортивные игры</i>
51				1	<i>Эстафеты с предметами. Прием мяча после подачи</i>
52				1	<i>Упражнения для развития силовых способностей. Спортивные игры</i>
53				1	<i>Подвижные игры</i>
54				1	<i>Эстафеты с предметами. Спортивные игры</i>
55				1	<i>Подвижные игры</i>
56				1	<i>Совершенствование удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы</i>
57				1	<i>Упражнения для развития ловкости. Подвижные игры</i>
58				1	<i>Совершенствование удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы</i>
59				1	<i>Учебная игра. Итоговая аттестация</i>
60				1	<i>Закрепление ведения мяча внешней частью подъёма</i>
61				1	<i>Учебная игра</i>
62				1	<i>Закрепление ведения мяча внешней частью подъёма</i>

63				1	<i>Учебная игра</i>
64				1	<i>Метание мяча на дальность(м)</i>
65				1	<i>Бег 30(с) и 60(с) метров. Спортивные игры</i>
66				1	<i>Бег 300м(с)</i>
67				1	<i>Учебная игра</i>
68				1	<i>Учебная игра</i>

ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№ п/п	Содержание работы	Дата проведения	Место проведения	Примечание
ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ И ТЕМАТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ, АКЦИИ				
	День здоровья	сентябрь	Спортивная площадка	
	Школьные соревнования по футболу	октябрь	Спортивная площадка школы	2-4кл 5-11кл
МУНИЦИПАЛЬНЫЕ ЭТАПЫ КОНКУРСНЫХ ПРОГРАММ				
РАБОТА ПО ВЫЯВЛЕНИЮ И ПОДДЕРЖКЕ ОДАРЕННЫХ ДЕТЕЙ				
РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ				
ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ БЕСЕДЫ				
1	Правила дорожно-транспортной безопасности пешехода, велосипедиста. Особенности поведения на дороге в осенние дни	октябрь		
2	Правила пожарной безопасности в быту и учреждении образования. Общие правила электробезопасности	октябрь		
3	Действия в экстремальных ситуациях: во дворе, на улицах, дома, в общественных местах	октябрь		
4	Правила безопасности при общении с животными.	ноябрь		
5	Профилактика отравлений и предупреждение острых кишечных инфекций.	ноябрь		
6	Правила дорожно-	февраль		

	транспортной безопасности пешехода, велосипедиста. Особенности поведения на дороге в зимний период			
7	Правила пожарной безопасности в быту и учреждении образования. Общие правила электробезопасности	март		
8	Действия в экстремальных ситуациях: во дворе, на улицах, дома, в общественных местах	март		
9	Правила безопасности при общении с животными.	апрель		
10	Правила поведения на водоемах, правила пожарной безопасности			