



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ТАБАЧНЕНСКАЯ ШКОЛА – ДЕТСКИЙ САД»
ДЖАНКОЙСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

ОДОБРЕНА

Педагогическим советом
МБОУ «Табачненская школа-
детский сад»
Протокол № 13
от «30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНА

Директор МБОУ
«Табачненская школа-детский
сад» _____ Л.В. Ткаченко
Приказ № 275
от «31»августа 2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
школьного спортивного клуба "Атлант"**

Направленность: физкультурно-спортивная

Срок реализации программы: 1 год

Вид программы: модифицированная

Возраст обучающихся: 6 -17 лет

Составитель: Бияз Лиля Айдеровна

Должность: педагог дополнительного образования

с. Табачное,
2023 г.

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа школьного спортивного клуба «Атлант», разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами в области образования:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ (с изменениями на 24 марта 2021 года).

- Концепцией развития дополнительного образования детей, от 4 сентября 2014 г. № 1726р.

- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р.

- Федеральным проектом «Успех каждого ребенка» - Приложение к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07 декабря 2018 г. № 3.

- Законом Республики Крым «Об образовании в Республике Крым» от 6 июля 2015 года № 131-ЗРК/2015 (с изменениями на 10 сентября 2019 года).

- Приказом Министерства образования и науки РФ от 09.11.2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

- Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (письмо департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи от 18 ноября 2015 № 09-3242).

- Профессиональным стандартом «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» Приказ Минтруда и социальной защиты от 05.05.2018 № 298 н.

- Постановлением Главного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении Сан ПиН 2.4.3648.20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

- Методическими рекомендациями для педагогов дополнительного образования детей «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в системе дополнительного образования детей Республики Крым» ГБОУ ДПО РК КРИППО, 2021 г.

- Уставом Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Табачненская школа-детский сад» Джанкойского района Республики Крым.

- Программа является модифицированной, разработана с учетом особенностей образовательного учреждения, возраста и уровня подготовки детей.

Направленность (профиль) программы – физкультурно-спортивная

Актуальность. На современном этапе развития человеческого общества проблема сохранения здоровья подрастающего поколения продолжает оставаться актуальной. Поддержание и укрепление здоровья нации, приобщение к занятиям физической культурой и спортом уже долгое время является одним из приоритетных направлений развития нашей страны.

Государство возлагает большие надежды на систему образования в вопросах формирования здорового образа жизни и сохранения, и укрепления здоровья обучающихся.

Отличительные особенности программы: учет интересов учащихся, их потребностей и возможностей через применение личностно-ориентированных технологий, технологий индивидуализации.

Педагогическая целесообразность. Дети проводят в школе значительную часть дня, а современное, быстро развивающееся образование, предъявляет высокие требования к учащимся и их здоровью, тем самым, обязывая образовательное учреждение создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья. Педагогическая целесообразность программы позволяет решить проблему занятости учащихся школы в свободное время, направляя его на активные формы отдыха, это спортивные мероприятия, соревнования, праздники с родителями, турниры, соревнования по игровым видам спорта, занятия в спортивных кружках и секциях.

Адресат программы:

Программа рассчитана на учащихся 6-17 лет.

Объем и срок освоения программы:

Количество часов по программе в год: 36 часов.

По продолжительности реализации – одногодичная.

Уровень программы – ознакомительный (стартовый).

Формы обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса - групповая, индивидуальная, работа в микрогруппах.

Основной формой обучения являются групповые занятия.

Наполняемость группы- до 25 человек.

Комплектование разновозрастных групп проводится в начале сентября. Приём подростков в объединение осуществляется по принципу добровольности. При приёме проводится собеседование, позволяющее определить психологические особенности подростка, составить представление о его интересах, окружении (товарищах).

Режим занятий: занятия проводятся с разновозрастной группой 1 раз в неделю по 45 минут (36 часов в год); состав группы – постоянный.

1.2. Цель и задачи программы

Программа школьного спортивного клуба разработана с целью широкого привлечения обучающихся, их родителей и педагогических работников МБОУ «Табачненская школа-детский сад» к регулярным

занятиям физической культурой и спортом, формирования здорового образа жизни, организации активного отдыха, повышения уровня физического развития школьников.

Задачи программы:

- привитие устойчивого интереса школьников к систематическим занятиям физической культурой и спортом, углубление и расширение знаний, умений, навыков, получаемых учащимися на уроках физической культуры;
- воспитание у учащихся бережного отношения к своему здоровью, воспитание потребности и умения школьников самостоятельно заниматься физкультурой и спортом, использовать различные виды спорта в организации своего отдыха;
- просвещение родителей в вопросах возрастного развития детей, представлений о здоровом образе жизни, привлечение их к участию в физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятиях;
- воспитание у школьников общественной активности, развитие организаторских способностей учащихся;
- вовлечение учащихся, родителей, педагогов в активное участие в физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятиях;
- проведение физкультурно-массовых, спортивных мероприятий и праздников;
- вовлечение учащихся, требующих повышенного педагогического внимания и состоящих на ВШУ в физкультурно-массовые, спортивные мероприятия;
- пропаганда и внедрение Комплекса «ГТО», подготовка учащихся и взрослого населения к сдаче норм ГТО.

В результате реализации программы:

- увеличится число систематически занимающихся учащих школы, в кружках и секциях (анализ посещения кружков секций);
- увеличится число школьников, родителей, педагогов участвующих в спортивно-оздоровительных мероприятиях, (анализ участия в спортивных мероприятиях);
- увеличится число обучающихся, родителей, педагогов сдающих и сдавших нормы ГТО;
- рост показателей спортивных достижений учащихся на уровне школы, района, республики (занятые призовые места в соревнованиях различных уровней);
- снижение пропусков уроков по болезни (диагностика состояния здоровья учащихся);
- динамика прироста индивидуальных показателей физического развития и физической подготовленности учащихся (анализ физической подготовленности).

1.3. Воспитательный потенциал программы

Государство возлагает большие надежды на систему образования в вопросах формирования здорового образа жизни и сохранения, и укрепления здоровья обучающихся.

В «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2030 года основными целями в физическом воспитании школьников и развитии массового спорта в общеобразовательных учреждениях на современном этапе названы:

- сохранение и укрепление здоровья учащихся;
- реализация инновационных проектов в сфере физкультурно-спортивного воспитания;
- организация физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня;
- эффективное использование каникулярного времени учащихся для проведения физкультурно-оздоровительной и спортивной работы.

1.4. Содержание программы

Учебно-тематический план

Стартовый уровень

Футбол

Учебный план

№ п/ п	Наименование разделов, тем занятий	Общее кол- во часов	В том числе		Форма контроля
			теория	практи ка	
1.	Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек	10	10	В процессе занятий	
2	Техника ударов по мячу и остановок мяча	8	8		
3	Техника ведения мяча	7	7		
4	Техника защитных действий	5	5		
5	Тактика и техника игры	5	5		
6	Соревнования, правила соревнований	1	1		
	ВСЕГО	36	36		

Содержание

I раздел. Основы знаний по футболу.

- Развитие футбола в России и за рубежом:

Развитие футбола в России. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Российские соревнования по футболу: чемпионат и Кубок России. Участие российских футболистов в международных соревнованиях (первенство Европы, мира, Олимпийские игры). Российские и

международные юношеские соревнования (чемпионат и Кубок России, «Юность», чемпионаты Европы и мира). Современный футбол и пути его дальнейшего развития. Российский футбольный союз ФИФА, УЕФА, лучшие российские команды, тренеры, игроки.

- Терминология элементов футбола:

Понятие о спортивной технике, стратегии, системе, тактике и стиле игры, понятие «зона», «персональная опека», «финты» и т.д.

- Строение и функции организма человека:

Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Ведущая роль центральной и нервной системы в деятельности организма. Влияние занятий физическими упражнениями на организм занимающихся, совершенствование функций мышечной системы. Органов дыхания, кровообращения под воздействием регулярных занятий физическими упражнениями для закрепления здоровья, развития физических и достижения высоких спортивных результатов.

- Профилактика травматизма при занятиях футболом:

Врачебный контроль при занятиях футболом. Значение и содержание самоконтроля. Объективные данные самоконтроля: вес, спирометрия, кровяное давление. Субъективные данные: самочувствие, сон, работоспособность, настроение. Дневник самоконтроля. Понятие о «спортивной форме», утомлении, переутомлении. Меры предупреждения переутомления. Значение активного отдыха для спортсмена.

Понятие о травмах. Особенности спортивного травматизма. Причины травмы и их профилактика применительно к занятиям футболом. Оказание первой помощи (до врача). Раны и их разновидности.

Спортивный массаж. Общее понятие. Основные приемы массажа (поглаживание, растирание, разминание, поколачивание, потряхивание). Массаж до, во время и после тренировки и соревнований. Противопоказания к массажу.

II раздел. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.

- Стойка игрока.
- Перемещения в стойке приставными шагами боком.
- Перемещения в стойке приставными шагами спиной вперед.
- Ускорения, старты из различных положений.
- Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения).
- Бег «змейкой», «восьмеркой»
- Бег с чередованием передвижения лицом и спиной вперед.

III раздел. Техника ударов по мячу и остановок мяча.

- Удары по неподвижному и катящему мячу внутренней стороной и средней частью подъема.
- Удары по катящему мячу носком, серединой лба (по летящему мячу).
- Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема.

- Остановка катящего мяча внутренней стороной стопы и подошвой.
- Остановка мяча грудью.
- Удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель.
- Передача мяча партнеру.
- Ловля низколетящего мяча вратарем.

IV раздел. Техника ведения мяча.

- Ведение мяча по прямой с изменением направления движения без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой.
- Ведение мяча по прямой с изменением скорости ведения без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой.
- Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения с пассивным сопротивлением защитника.
- Ведение мяча по прямой с изменением направления движений и скорости ведения с активным сопротивлением защитника.
- Комбинации из основных элементов: ведение, удар (пас), прием мяча, остановка, удар по воротам.

V раздел. Техника защитных действий.

- Зонная защита.
- Персональная защита.
- Смешанная защита.
- Тактические действия: взаимодействие игроков в нападении и защите – индивидуальные, групповые и командные действия.
- Вырывание, отбивание, вбрасывание и выбивание мяча.
- Игра вратаря – при ловле низких, полуввысоких, высоких мячей.
- Перехват мяча.

VI раздел. Тактика и техника игры.

- Расстановка игроков на поле.
- Тактика свободного нападения.
- Тактические действия линий обороны и атаки:
 - а) индивидуальная тактика игрока;
 - б) коллективные тактические действия;
 - в) выбор места игрока;
 - г) создание численного перевеса при атаке;
 - д) отвлекающие действия игроков.
- Позиционное нападение без изменения позиций игроков.
- Позиционное нападение с изменением позиций игроков.
- Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот.
- Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров.
- Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.
- Отличительные особенности в тактике от других спортивных игр (волейбол, баскетбол).

VII раздел. Соревнования, правила соревнований.

- Основные правила соревнований по футболу.

- Судейство игр.
- Эстафеты с элементами футбола.

Техническая и тактическая подготовка.

Техническая подготовка.

Техника передвижения. Бег обычный, спиной вперед скрестным и приставным шагом. Бег по прямой, дугами, изменением направления и скорости. Прыжки: вверх, вверх-вперед, вверх-назад, вверх-вправо, вверх-влево, толчком двумя ногами с места и толчком одной и двумя ногами с разбега. Для вратарей – прыжки в сторону с падением «перекатом». Повороты переступанием, прыжком, на опорной ноге, в стороны и назад, на месте и в движении. Остановки во время бега выпадом и прыжком.

Удары по мячу ногой. Удары внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема, по неподвижному и катящемуся (навстречу, от игрока, справа или слева) мячу. Удары по прыгающему и летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Удары внешней частью подъема. Выполнение ударов после остановки, рывков; ведения, обманных движений, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние. Удары на точность: в определенную цель на поле, в ворота в ногу партнеру, на ход двигающемуся партнеру.

Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка, в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу. Удары на точность: в определенную цель на поле, в ворота партнеру.

Остановка мяча. Остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящего и опускающего мяча – на месте, в движении вперед и назад. Остановка внутренней стороной стопы, бедром и грудью летящего навстречу мяча. Остановки с переводом в стороны, подготавливая мяч для следующих действий и закрывая его туловищем от соперника.

Ведение мяча. Ведение внутренней и внешней частью подъема. Ведение правой и левой ногой по прямой и по кругу, а также меняя направление движения, изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом.

Обманные движения (финты). Обманные движения «уход» (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо и влево). Обманные движения, уход выпадом и перенос ноги через мяч. Финты ударом ногой с убиением мяча под себя и с пропуском мяча партнеру «ударом головой». Обманные движения «остановкой во время ведения с наступанием и без наступания на мяч подошвой», «после передачи мяча партнером с пропуском мяча». Выполнение обманных движений в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением.

Тактика игры вратаря: Основная стойка вратаря. Перемещение в воротах без мяча в сторону скрестным, приставным шагом, скачками. Ловля летящего навстречу и несколько в сторону вратаря на высоте груди и живота без

прыжка и в прыжке, катящего и низко летящего навстречу и несколько в ворота мяча без падения и с падением. Ловля высоко летящего мяча и в сторону мяча без прыжка и в прыжке с места, на месте. Ловля летящего в сторону на уровне живота. Грудь мяча с падением перекатом. Быстрый подъем с мячом на ноги после падения. Отбивание мяча одной и двумя руками без прыжка и в прыжке; с места и разбега. Бросок мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.

Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником ударом и остановкой мяча ногой в широком выпаде (полушпагат и шпагат) и в подкате.

Вбрасывание мяча. Вбрасывание мяча из различных исходных положений с места и после разбега. Вбрасывание мяча на точность и дальность.

Тактическая подготовка.

Тактика нападения.

Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнеров и соперника. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча.

Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Применение различных видов обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия: Взаимодействие двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнеру, на свободное место, на удар; короткую и среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку». Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывании мяча (не менее одной по каждой группе).

Тактика защиты.

Индивидуальные действия. Правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча, т.е. осуществлять «закрывание». Выбор момента и способа действия (удар по мячу или остановка) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом.

Групповые действия. Противодействие комбинаций «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником «стандартных» комбинаций.

Тактика вратаря. Уметь выбрать позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», разыгрывать удар от своих ворот, ввести мяч

в игру (после ловли) открывшемуся партнеру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

Учебно-тематический план
Стартовый уровень
Самбо
Учебный план

№ п/ п	Наименование разделов, тем занятий	Общее кол- во часов	В том числе		Форма контроля
			теория	практи ка	
1	Вводное занятие	1	1	В процессе занятий	Контрольные нормативы. Тесты по теории.
2	Акробатические элементы	5	5		
3	Техника самостраховки	3	3		
4	Техника борьбы в стойке	4	4		
5	Техника борьбы лёжа	5	5		
6	Простейшие способы самозащиты от захватов и обхватов	5	5		
7	Подвижные игры , эстафеты	6	6		
8	Контрольные нормативы Промежуточная аттестация	4	4		
9	Самостоятельная (внеаудиторная) работа	3	3		
	Итого	36	36		

СОДЕРЖАНИЕ

Тема 1. Вводное занятие

Теория: История и развитие самбо в России, правила безопасности при проведении тренировок, гигиенические требования. Техника безопасности на занятиях. Соблюдение формы одежды. Тест по технике безопасности.

Беседы по патриотическому воспитанию:

- Выдающиеся спортсмены России
- Успехи российских борцов на международной арене
- Устремлённость к спортивным достижениям во имя Родины
- Россия – великая спортивная держава.

Тема 2: Простейшие акробатические элементы

Теория: Знакомство с простейшими акробатическими элементами: кувырок вперёд, кувырок назад, кувырок через плечо, кувырок через препятствие в длину и в высоту, кульбит, колесо, ходьба на руках.

Практика: Выполнение акробатических элементов: кувырки, подстраховка.

Тема3:Техника самостраховки

Теория: Изучение техники самостраховки. Падение вперёд. Падение назад. Падение вперёд, падение назад и на бок через партнёра, стоящего на коленях и предплечьях. Падение вперёд, падение назад и на бок через партнёра, стоящего на и четвереньках. Падение на спину и на бок, кувырком вперёд, держась за руку партнёра. Перекат через плечо.

Практика: Отработка приёмов самостраховки. Выполнение падений и перекатов. Работа в спарринге.

Тема 4:Техника борьбы в стойке

Теория: Изучение техники борьбы в стойке. Захваты. Выведение из равновесия. Передвижения. Броски: задняя подножка, передняя подножка, подсечка, задняя подножка с захватом ноги снаружи, бросок через бедро.

Практика: Отработка техники борьбы в стойке. Выполнение бросков и захватов. Отработка навыка выведения противника из равновесия.

Тема5:Техника борьбы лёжа

Теория: Изучение техники борьбы лёжа. Перевороты. Удержания. Болевые приёмы: Рычаг локтя через бедро от удержания с боку, рычаг локтя с захватом руки между ногами, узел ногой от удержания сбоку, ущемление ахиллесова сухожилия.

Практика: отработка техники борьбы лёжа, работа в парах на удержание.

Тема6:Простейшие способы самозащиты от захватов и обхватов

Теория: Простейшие способы защиты от захватов и обхватов. Изучение болевых точек.

Практика: Отработка способов защиты от захватов и обхватов. Освобождение от захватов за руки, за одежду. Освобождение от обхватов туловища спереди и сзади. Расслабляющие удары в болевые точки.

Тема7: Подвижные спортивные игры, эстафеты

Практика: Подвижные спортивные игры, эстафеты. Футбол. Баскетбол. Эстафеты с применением баскетбольного, набивного мячей, с элементами акробатики.

Тема8:Контрольные нормативы

Промежуточная аттестация

Сдача нормативов.

Тема 9:Самостоятельная (внеаудиторная) работа

Теория: Итоги года. Обсуждение результатов: удачи и неудачи.

1.5.Планируемые результаты освоения программы:

В процессе обучения и воспитания, собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Дополнительная образовательная программа физического воспитания учащихся предусматривает достижение следующих результатов образования:

➤ Личностными результатами программы является формирование следующих умений:

- определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

➤ Метапредметными результатами программы является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью педагога, а далее самостоятельно;
- проговаривать последовательность действий;
- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному педагогом плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с педагогом и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;

- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды;

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные УУД:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;

- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;

- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Оздоровительные результаты программы:

➤ 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.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Данная программа реализуется в течение одного учебного года (стартовый уровень): 36 **учебных** недель: (I полугодие составляет -18 недель и II полугодие –18 недель), рассчитана на 36 часов Периодичность занятий: 1 занятие в неделю по 1 часу (один академический час – 45 мин.). Количество обучающихся в группе – до 25 человек.

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год обучения	с 01 сентября	31 мая	36	36	36	1 раз в неделю по 1 часу
Продолжительность каникул			зимние: 31.12.2023.- 08.01.2024г.			

2.2. Условия реализации программы:

№п/п	Наименование	
1.	Материально-техническое обеспечение.	Наличие спортивной площадки, спортивной комнаты
2.	Информационное обеспечение	Записи выступлений на соревнованиях. Интернет-источники
3.	Кадровое обеспечение	Педагог: Бияз Лиля Айдеровна
4.	Методическое обеспечение	<i>Особенности организации образовательного процесса:</i> очно. В качестве главных <i>методов</i> программы избраны методы: словесный, наглядный, игровой, практический, устный анализ увиденного, разучивание. <i>Формы организации образовательного процесса:</i> групповая (командная), индивидуальная. <i>Формы организации учебного занятия</i> – в процессе обучения используются следующие формы занятий: однонаправленные, комбинированные, целостно – игровые, соревнования, контрольные учебные занятия. <i>Педагогические технологии</i> – технология группового обучения, технология коллективного

		взаимообучения, технология проблемного обучения и др. <i>Алгоритм учебного занятия</i> - типичное занятие имеет следующую структуру: ➤ организационный момент; ➤ основная часть; ➤ подведение итогов занятия.
--	--	---

2.3. Формы аттестации: контроль проводится в виде: контрольных нормативов по ОФП, технической подготовке; тестов по теории самбо. А также проводится оценивание в процессе тренировочных и соревновательных поединков.

2.4. Список литературы:

1.Сборник методических рекомендаций по созданию и организации деятельности школьных и студенческих спортивных клубов в структуре образовательных организаций, подведомственных Департаменту образования г. Москвы// Составители: Анисимова М.В., Захаров В.В. – М: 2014 г. – 66 с.

2.Теория и методика физической культуры /под редакцией Ю.Ф. Курмашина. – Москва: Советский спорт, 2003. - 464с.

3.Фурманов, А.Г. Оздоровительная физическая культура /Александр Григорьевич Фурманов, Михаил Борисович Юспа. – Минск: Тесей, 2003. - 528с.

4.Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие для высших учебных заведений–М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 480 с.

5.Настольная книга учителя физкультуры: Справочное – методическое пособие /Составитель Б.И. Мишин. – М.: ООО «Издательство АСТ»: «Издательство Астрель», 2003. – 526 с.

6.Физкультурно-оздоровительная работа в школе: Пособие для учителя/ С.А. Баранцев, Г.В. Береуцин, Г.И. Довгаль. – М.: Просвещение, 1998. – 144 с.

7.Погадаев Г.И. Организация и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в школе. Москва, издательство Дрофа, 2006.- 110с.

8.Гришина А.З. Организационно-управленческие условия развития спортивного клуба: [Текст] / Гришина А.З. СПб. 2005. - 123с.

3. ПРИЛОЖЕНИЯ

3.1. Оценочные материалы

Оценочный тест

1. В каком году возникло самбо?
 - ☐ В 1902 г.
 - ☐ В 1914 г.
 - ☒ В 1938 г.
2. В какой стране возникло самбо?
 - ☐ Япония
 - ☐ Бразилия
 - ☒ СССР
3. Что означает самбо?
 - ☐ Самооборона
 - ☒ Самозащита без оружия
 - ☐ Самозащита без ответственности
4. Высший балл, по которой оценивается действие спортсмена?
 - ☐ 4 балла
 - ☐ 3 балла
 - ☐ 2 балла
5. Из скольких групп приемов состоит техника самбо?
 - ☒ Из двух
 - ☐ Из трех
 - ☐ Из четырех
6. Сколько возрастных групп предусмотрено в соревнованиях по самбо?
 - ☐ 5
 - ☐ 6
 - ☒ 7
7. Сколько минут составляют время схватки?
 - ☐ 2-3 мин
 - ☒ 3-5 мин
 - ☐ 7-10 мин
8. Угол какого цвета должен занять спортсмен, которого объявили первым?
 - ☒ Красный
 - ☐ Синий
 - ☐ Белый
3. В каком городе было создано самбо?

- ☐ Минск
- ☒ Москва
- ☐ Ленинград

10. Сколько минут составляют время схватки?

- ☐ За бросок соперника на грудь, плечо, живот, таз с падением атакующего
- ☒ За удержание в течение более 10, но не менее 20 секунд
- ☐ За бросок соперника на бок без падения атакующего.

11. Кто первым возглавил Всесоюзную секцию борьбы вольного стиля – будущую Федерацию самбо?

- ☐ Василий Сергеевич Ощепков
- ☐ Анатолий Аркадьевич Харлампиев
- ☒ Виктор Афанасьевич Спиридонов

12. В каком году президент РФ В.В.Путин получил звание «Мастера спорта по самбо»?

- ☐ В 1971 г.
- ☐ В 1972 г.
- ☐ В 1973 г.

1. Какой вид борьбы был положен в основу разработки приемов и правил современного самбо?

Грузинская национальная борьба чигаоба
Греко-римская борьба
Японская борьба джиу-джитсу

2. В каком городе и когда был проведен первый чемпионат СССР по самбо?

В 1938 году в Москве
В 1939 году в Ленинграде
В 1940 году в Киеве

3. Где и в каком году проходил первый чемпионат мира по самбо и кто стал первым чемпионом мира по самбо в весовой категории свыше 100 кг?

В 1972 году в Москве; Рудман Давид Львович (СССР)
В 1973 году в Тегеране; Кливоденко Владимир Иванович (СССР)
В 1974 году в Лондоне; Тедиашвили Леван Китоевич (СССР)

4. В каком году была создана Международная любительская федерация самбо (ФИАС)?

В 1982 году

В 1983 году

В 1984 году

6. Кто в настоящее время является президентом ФИАС?

В. Б. Шестаков

Д. Л. Рудман

Р. А. Лаишев

3.2. Методические материалы

План-конспект занятия

Тема: Футбол. Техника выполнения передач и остановки мяча ногой

Цель: Формирование двигательных навыков у учащихся.

Задачи:

I. Закрепление техники приема и передачи мяча в футболе;

II. Развить быстроту и точность движения ног, координационные способности;

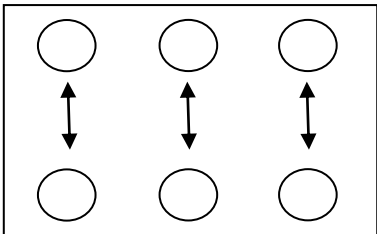
III. Воспитать трудолюбие, дисциплинированность, умение работать в команде.
Пропаганда здорового образа жизни.

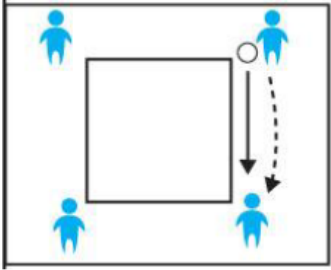
Формы: Групповая;
Индивидуальная;
Фронтальная.

Методы: Практический;
Наглядный;
Словесный.

Тип урока: Повторение пройденного материала.

Части урока	Содержание	Дозирование нагрузки	Организационно-методические указания
I	Подготовительная 1. Построение, приветствие, объявление темы, цели и задач урока. 2. Разминка: беговые упражнения - вращение двумя руками вперед с подскоком; - вращение двумя руками назад с	12 мин. 1,5 мин. 5 мин.	В одну шеренгу становись! Равняйся! Смирно! По порядку рассчитайсь! Проверка наличия спортивной формы, обуви. Следить за правильностью выполнением команд. Следить за осанкой. Дистанция два шага.

	подскоком; - приставными шагами левым и правым боком; - приставными шагами лицом и спиной; - бег скрестный шагом левым и правым боком; - бег с захлестыванием голени; - бег с высоким подниманием бедра; - бег спиной вперед; 3. Растяжка: - вращение туловищем в правую и левую сторону; - наклоны к правой и левой ноге; - выпад на правую и левую ногу; - выпад в сторону; - поставить ноги на двойную ширину плеч – наклоны - упражнение на передние мышцы бедра - разминка голеностопного сустава	5 мин.	Обратить внимание на дисциплину. Показ, объяснение, исправление ошибок. Следить за правильностью выполнением команд. Показ, объяснение, исправление ошибок.
II	Основная 1. Обучение техники выполнения передач и остановки мяча: - передачи мяча правой и левой ногой внутренней стороной стопы; - прием мяча под подошву; - прием мяча внутренней стороной стопы; - прием мяча внешней стороной стопы.  2. Обучение техники выполнения передач и остановки мяча в движении: передай и следуй за мячом. - выполнение передач правой и левой ногой внутренней стороной стопы;	30 мин. 10 мин. 10 мин.	Педагог демонстрирует правильность выполнения упражнения. Правильная постановка стопы при передаче и приеме мяча. Развитие посредством аналитических характеристик, передачи и приема в относительно стабильных условиях. В определенном ограниченном конусами пространстве по очереди двое игроков производят серию низких передач внутренней стороной стопы. Остановка производится подошвой, внутренней и внешней стороной стопы Педагог демонстрирует правильность выполнения упражнения. Правильная постановка стопы при передаче и приеме мяча. Упражнение помогает правильному и функциональному изучению передачи внутренней стороной стопы (в динамической ситуации). Игроки образуют квадрат и выполняют низкую фронтальную передачу мяча

	- прием мяча внутренней стороной стопы с уходом.  3. Учебная игра в мини-футбол по упрощенным правилам с закреплением приемов, остановок мяча и передач.	10 мин.	внутренней стороной стопы, следуя за мячом и в этот момент меняя положение. Передачи выполняются правой/левой ногой. Прием мяча выполняется внутренней стороной стопы. Смена направления движения.
III	Заключительная 1. Построение, подведение итогов занятия.	3 мин.	Отметить хорошее на занятии, что удалось что не очень, на что обратить внимание.

3.3. Календарно-тематическое планирование

Название творческого объединения ШСК «Атлант» группа Бияз Л.А. «Футбол»
(образец)

N п/п	Название темы занятия	Количе ство часов	Дата по расписанию		Форма аттестации/ контроля	Примечание (корректиро вка)
			по плану	по факту		
1		1	Сентябрь			
2		1	Сентябрь			
3		1	Сентябрь			
4		1	Сентябрь			
	Итого за год	36				

3.4. Лист корректировки

3.4. Лист корректировки

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
школьного спортивного клуба «Атлант»

[illegible]

3.5. План воспитательной работы

№ п/п	Мероприятия	Сроки
1.	Муниципальный этап конкурса «Крым в сердце моем»	Октябрь- ноябрь
2.	Муниципальный этап конкурса «Дорога глазами детей»	октябрь
3.	Муниципальный этап конкурса «Мой голос»	январь
4.	Районная выставка конкурс декоративно-прикладного творчества «Прикосновение к истокам»	март
5.	Муниципальный этап конкурса «Мы наследники Победы»	март
6.	Муниципальный этап конкурса «Крымский теремок»	апрель
7.	Муниципальный этап конкурса «Крымский вальс»	апрель
8.	Муниципальный этап <i>Большого</i> всероссийского <i>фестиваля</i> детского и юношеского творчества	апрель
8.	Муниципальный этап Всероссийского детского фестиваля народной культуры «Наследники традиций»	апрель
9.	Муниципальный этап конкурса «Strit dans»	апрель
10.	Фестиваль-конкурс юных инспекторов движения «Безопасное колесо»	апрель
11.	Районный фестиваль одаренных детей «Шаг к звездам»	май