

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 31»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ СИМФЕРОПОЛЬ
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

ОДОБРЕНО

Педагогическим советом МБОУ «СОШ
№ 31» г. Симферополь

От « 29 » августа 2024 г.

Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ

директор МБОУ «СОШ № 31» г. Симферополь

Серебец О.Н.

Подпись

«02» сентября 2024 г.

М.п.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Софтбол»**

Направленность: физкультурно-спортивная.

Срок реализации программы: 1 год.

Вид программы: модифицированная

Уровень: ознакомительный

Возраст обучающихся: от 8 до 9 лет

Составитель: Домбровская Полина Сергеевна, педагог дополнительного
образования

г. Симферополь, 2024

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Программа "Софтбол" создана для школьников, посещающих занятия в группах дополнительного образования МБОУ «СОШ №31» г. Симферополя.

Дополнительная образовательная программа «Софтбол» является незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности школьника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений. Спортивные игры, а в частности софтбол всегда требуют от играющих двигательных усилий, направленных на достижение условной цели, оговорённой в правилах. Особенность спортивных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер. Все свои жизненные впечатления и переживания школьники отражают в условно-игровой форме. Игровая ситуация увлекает и воспитывает школьника.

Большое воспитательное значение заложено в правилах игр. Они определяют весь ход игры; регулируют действия и поведение детей, их взаимоотношения; содействуют формированию воли, т.е. они обеспечивают условия, в рамках которых ребёнок не может не проявить воспитываемые у него качества. Программа направлена не только на физическое развитие ребенка, но и на психо - эмоциональное и социальное развитие личности.

Нормативно-правовая основа программы

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

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

- Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в действующей редакции);
- Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 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 24.12.2018 г. № 16);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года», с изменениями от 15.05.2023 г. № 1230-р;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 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 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления

образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;

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

– Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

– Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;

– Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

– Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 (в действующей редакции);

– Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022 г. № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;

– Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;

– Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;

– Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые), разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет». ФГАУ «Федеральный институт развития образования» и АНО дополнительного профессионального образования «Открытое образование», письмо от 18.11.2015г. № 09-3242;

- Методические рекомендации 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 образования и науки РФ от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций»;

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

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 г. № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»;

– Письмо Минпросвещения России от 19.03.2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций»;

- Устав МБОУ «СОШ № 31» г. Симферополь;

- образовательная программа дополнительного образования МБОУ средняя общеобразовательная школа № 31;

- положение об образовательной общеразвивающей программе дополнительного образования МБОУ «СОШ № 31» г. Симферополя

Направленность программы. Программа является модифицируемой, ознакомительного уровня и имеет физкультурно-спортивную направленность. Образовательная общеразвивающая программа дополнительного образования "Софтбол" направлена на физкультурно-оздоровительное воспитание детей через занятие софтболом.

Содержание дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ ориентировано на:

- создание необходимых условий для личностного развития учащихся, позитивной социализации и профессионального самоопределения;
- удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в интеллектуальном, художественно-эстетическом, нравственном развитии, а также в занятиях физической культурой и спортом, научно-техническим творчеством;
- формирование и развитие творческих способностей учащихся, выявление, развитие и поддержку одаренных и талантливых детей и молодежи;
- обеспечение духовно-нравственного, гражданского, патриотического, трудового и этнокультурного воспитания учащихся, сохранение народного творчества, традиций, ремесел, культурного наследия регионов;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся;
- выявление и поддержку обучающихся, проявивших выдающиеся способности в области физической культуры; мотивации вовлечения обучающихся в массовый спорт, в том числе из числа учащихся с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов.

Актуальность программы: Программа актуальна для работы с детьми всех возрастных групп школьников.

Новизна программы: новизна в нашем тренировочном процессе заключается в том, что мы используем самое новейшее оборудование, софтбольные мячи на каждый возраст, лестницы, резинки, теннисные мячи, валаны, биты , а также работаем по новейшим методикам.

Отличительные особенности программы: отличительная черта нашей программы в том, что занятия проводятся с детьми примерно одного возраста, которые в дальнейшем смогут заниматься спортом на последующих возрастных этапах, что позволяет детям на школьном этапе добиваться лучших спортивных результатов, улучшая свои физические данные.

Педагогическая целесообразность программы: педагогическая целесообразность заключается в том, что дети становятся также более самостоятельными и более коммуникабельными за счёт того, что постоянно находятся в коллективе среди своих сверстников.

Адресат программы: мы не проводим специального отбора и не смотрим на физиологические возможности ребенка (рост, вес), что позволяет посещать наши тренировки любому ребенку, невзирая на его антропометрические данные (кроме детей с ОВЗ).

Объем и срок освоения программы. Общий срок реализации образовательной общеразвивающей программы "Софтбол" – 1год. В группы для занятий софтболом принимаются обучающиеся в возрасте 8-15 лет, имеющие допуск врача. Наполняемость учебных групп – до 15 человек.

Уровень программы - ознакомительный.

Форма обучения - очная.

Особенности организации образовательного процесса: образовательный процесс в системе спортивной секции "Софтбол" представляет собой специально организованную деятельность педагога и учащихся, направленную на решение задач обучения, воспитания и развития личности. Процесс обучения в секции имеет менее формализованный характер

по сравнению с общеобразовательной школой, не имеет жестких рамок. Индивидуализация обучения в данной системе дополнительного образования детей осуществляется со стороны самого ребенка, который сам осуществляет выбор интересного для себя вида деятельности.

Режим занятий

Таблица 1.1

Этап программы "Софтбол"	Продолжительность этапа	Количество занятий в неделю	Продолжительность занятия
1 –й этап	1 год	1	1 акад. час

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы:

1. содействие развитию социально активной, творческой, и успешной личности в условиях деятельности спортивной секции "Софтбол".

2. вовлечение ребенка в спортивную деятельность и

совершенствование навыков в виде спорта "Софтбол".

Задачи программы:

1. Образовательные:

1.1. развить интерес к спорту;

1.2. помочь приобрести определенные навыки и умения по виду спорта "Софтбол".

2. Личностные:

2.1. привить навыки здорового образа жизни;

2.2. повысить уровень физического развития.

3. Метапредметные:

3.1. укрепить мотивацию к занятию софтболом;

3.2. сформировать потребность в саморазвитии и достижении целей.

1.3 Воспитательный потенциал программы

Воспитательная работа в рамках спортивной секции "Софтбол" направлена на: воспитание чувства патриотизма и уважения к высоким образцам культуры других стран и народов; развитие доброжелательности в оценке работы товарищей и критическое отношение к своему прогрессу; воспитание чувства ответственности при выполнении своей работы. Благодаря занятиям, участиям в товарищеских играх и других различных состязаниях, а также общению с успешными спортсменами по данному виду спорта, учащиеся привлекаются к систематическому занятию спортом, ведению здорового образа жизни и активному участию в различных мероприятиях, воспитывая в себе различные личностные качества.

1.4 Содержание программы

Учебный план

Таблица 1.4.1

№	Наименование раздела, темы	Всего часов	Аудиторные часы		Форма аттестации/ контроля
			Теория	Практика	
1.	Основы знаний о физической культуре и спорте. Правила ТБ.	2	2		
1.1	Правила ТБ. Краткий обзор развития софтбола. Строение человека и влияние на организм физических нагрузок.	1	1		
1.2	Гигиена, контроль нагрузок, оказание первой медицинской помощи.	1	1		
2.	Общая физическая подготовка	5	1	4	
2.1	Бег 18, 30 метров, челнок.	1		1	Контрольные нормативы
2.2	Прыжки через скакалку, напрыгивание и соскоки. Прыжок в длину с места.	1		1	
2.3	Подтягивание. Сгибание и разгибание рук в упоре или висе. Подъем туловища лежа на спине.	1		1	Контрольные нормативы
2.4	Метание софтбольного мяча. Бросок набивного мяча.	2	1	1	Контрольные нормативы
3.	Основы техники игры в софтбол.	14	1	13	
3.1	Отходы от базы.	1		1	
3.2	Бег по «базам».	1		1	
3.3	Бег в «загоне».	1		1	
3.4	Перемещения «инфилдеров».	1		1	
3.5	Перемещение «аутфилдеров».	1		1	

3.6	Приём «роллинга».	1		1	
3.7	Приём «флая».	1		1	
3.8	Приём прямого мяча.	1		1	
3.9	Передача одной поверх рукой плеча.	1		1	
3.10	Броски «питчера».	1		1	
3.11	Приём мяча «кетчером».	1	1		
3.12	Передача одной рукой с снизу на коротком расстоянии.	1		1	
3.13	Отбивание на силу.	1		1	
3.16	Жертвенный «Бант».	1		1	
3.14	«Хит бант».	1		1	
4.	Тактика игры в софтбол.	4	1	3	
4.1	Защитные действия при 0,1 и 2 аутов.	1	1		
4.2	Защитные действия против всех видов «бантов».	1		1	
4.3	Действия нападения при 0, 1 и 2 аутах.	1		1	
4.4	Игра в софтбол с заданными тактическими действиями.	1		1	
5.	Специальная физическая подготовка.	2		2	
5.1	Упражнения для развития силы ног и рук.	1		1	
5.2	Упражнения для развития скоростных качеств.	1		1	
6.	Правила игры и судейства.	1	1		
6.1	Правила игры, судейские жесты.	1	1		
7.	Контрольные игры и соревнования.	4	1	3	Участие в соревнованиях.
7.1	Товарищеские игры.	3		3	
7.3	Разбор проведённых игр.	1	1		
8.	Нормативы.	2		2	Контрольные нормативы
	Всего часов	34	17	51	

Содержание учебного плана

Теоретическая подготовка

1. Развитие софтбола в России и за рубежом.
2. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена.
3. Физическая подготовка софтболистов.
4. Техническая подготовка софтболистов.
5. Тактическая подготовка софтболистов.
6. Психологическая подготовка софтболистов.
7. Соревновательная деятельность софтболистов.
8. Организация и проведение соревнований по софтболу.
9. Правила судейства соревнований по софтболу.
10. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий софтболом.
11. Соблюдение основ техники безопасности на занятиях.

Физическая подготовка

1. Общая физическая подготовка.

1. 1.Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного тела, с партнером, с предметами (набивными мячами, футбольными, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (гимнастическая стенка, скамейка, канат)

1.2. Подвижные игры.

1.3. Эстафеты.

1.4. Полосы препятствий.

1. 5.Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).

1.6. Бег 500, 1000,1500,2000 м

2. Специальная физическая подготовка.

2. 1.Упражнения для развития быстроты движений софтболистов.

2.2.Упражнения для развития специальной выносливости софтболистов.

2.3.Упражнения для развития скоростно-силовых качеств софтболистов.

2.4.Упражнения для развития ловкости софтболистов.

Техническая подготовка

1.Упражнения без мяча.

1.1.Отходы от базы «двойным шагом»

1.2.Бег по «базам»:

- Бег на 1 базу;

- Бег на 2 базу;

- Бег на 3 базу; -Бег в дом.

1.4.Бег в «загоне»

1.5.Перемещения «инфилдеров»

1.6.Перемещение «аутфилдеров»

1.7.Перемещение «питчера и кетчера»

1.8. Стойки «защитников и отбивающих»

2..Ловля и передача мяча.

2.1. Приём «роллинга»

2.2. Приём «флая»

2.3. Приём прямого мяча

2.4. Передача одной рукой поверх плеча.

2.5. Передача одной рукой с низу на коротком расстоянии.

2.6. Броски «питчера»

2.7. Приём мяча «кетчером»

3. Отбивание мяча

3.1. Отбивание на силу.

3.2. Жертвенный «Бант»

3.3. «Хит бант»

3.4. «Слап»

Тактическая подготовка

- 1.Защитные действия при 0 аутов.
- 2.Защитные действия при 1 ауте.
3. Защитные действия при 2 аутах
- 4.Защитные действия против всех видов «бантов»
- 5.Действия нападения при 0, 1 и 2 аутах
- 6.Игра в софтбол с заданными тактическими действиями.

Контрольные игры и соревнования

- 1.Игры внутри группы.
- 2.Игры с сильным и слабым противником.
3. Товарищеские игры с командой другой школы.
- 4.Участие в соревнованиях.
5. Разбор проведённых игр.

Нормативы

1. Бег 18 , 30 метров.
2. Челночный бег 3х10.
3. Бросок набивного мяча 1кг, метание софтбольного мяча.
4. Прыжок в длину с места.
5. Подъём туловища лежа на спине

1.5. Планируемые результаты

По окончании реализации программы каждый обучающийся должен овладеть следующими группами навыков и умений:

Предметные: знать теоретический раздел программы; уметь выполнять объемы тренировочных нагрузок, предусмотренных программными требованиями; владеть базовой и специальной техникой, скоростными, кондиционными и координационными упражнениями, соответствующими этапу обучения, повысят уровень своего физического развития

Метапредметные результаты: овладеть способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержанием; овладеть умениями выполнения двигательных действий и физических упражнений базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активно их использовать в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности; овладеть способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, величиной физических

Личностные результаты: у учащегося будут сформированы мотивация к ведению здорового образа жизни; сформируется познавательный интерес к избранному виду спорта, объективная самооценка своих навыков и достижений

Основной формой подведения итогов работы по программе являются спортивные соревнования по софтбоу и контрольные нормативы.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график 2024-2025 учебный год

	1 полугодие																2 полугодие																
Месяц	сентябрь				октябрь				ноябрь				декабрь				январь				февраль				март			апрель			Май		
Кол-во учебных недель	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33
Кол-во часов в	4				4				4				4				2				2				4			4			4		
Кол-во часов в Неделю (гр.)	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
Аттестация/формы контроля			Контрольный норматив														Контрольный норматив														Соревнования	Соревнования	
Объем учебной нагрузки на учебный год 34 часа на одну группу – количество учебных недель - 34 – количество учебных дней - 5 – продолжительность каникул – осенние - (10 - календарных дней 28.10.23-06.11.23; зимние (11- календарных дней 29.12.23-08.01.24), весенние – (9- календарных дней 23.03.24-31.03.24) - даты начала и окончания учебных периодов / этапов – 1 полугодие 01.09.22-31.12.23; 2 полугодие 08.01.24-20.05.24																																	

2.2 Условия реализации программы

Кадровое обеспечение – педагог дополнительного образования.

Материально-техническое обеспечение: школьный стадион, спортивный зал, необходимые оборудования и инвентарь (скакалки, набивные мячи, софтбольные мячи, стойки, гимнастические маты, гимнастические скамейки, гимнастическая стенка, теннисные мячи, биты, стойки для мячей, сетки, валаны)

Форма занятий: традиционная, игровая, комбинированная.

Методическое обеспечение:

- **особенности организации образовательного процесса** – очно.

- **Методики:**

- методы, направленные на приобретение знаний (рассказ, беседа, объяснение, инструктирование);

- методы, направленные на овладение двигательными умениями и навыками (метод расчлененного и целостного упражнения);

- методы, направленные на совершенствование двигательных навыков и развитие физических способностей (равномерный, повторный, игровой, соревновательный, интервальный, метод круговой тренировки).

- **методы обучения:**

- методы, направленные на приобретение знаний (рассказ, беседа, объяснение, инструктирование);

- методы, направленные на овладение двигательными умениями и навыками (метод расчлененного и целостного упражнения);

□ методы, направленные на совершенствование двигательных навыков и развитие физических способностей (равномерный, повторный, игровой, интервальный, метод круговой тренировки).

- **методы воспитания** - (убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.);
- **Формы организации образовательного процесса:** занятия проходят в спортивных группах с привлечением спортивного инвентаря (софтбольные мячи, скакалки, стойки, гимнастические маты, набивные мячи, гимнастические скамейки, гимнастическая стенка, теннисные мячи, биты, стойки для мячей, сетки, валаны).
- **возможные формы организации учебного занятия** – встреча с интересными людьми, мастер-класс, игра, беседа, практическое занятие.
- **педагогические технологии** – технология группового обучения, технология игровой деятельности, коммуникативная технология обучения.
- **алгоритм учебного занятия** – подготовка спортзала к проведению занятия (проветривание, подготовка необходимого инвентаря); организационный момент (приветствие детей, настраивание учащихся на совместную работу); теоретическая часть (объявление темы занятия, цели и задач, объяснение теоретического материала); разминка; ОФП; СФП; изучение материала; практическая часть - закрепление изученного материала (выполнение упражнений и заданий по теме, игры); окончание занятий (рефлексия, подведение итогов занятия).
- **методические и дидактические материалы** – обучающие прикладные программы в электронном виде (CD, DVD, флеш-карты) и т.п.
- **учебно-методическое и информационное** – основная и дополнительная литература.

Наглядный материал следующих видов:

- смешанный (телепередачи, видеозаписи, учебные кинофильмы и т. д.);
- интернет-ресурсы

2.3. Формы аттестации

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: журнал посещаемости, материал тестирования, протокол соревнований, фото, отзыв детей и родителей.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: соревнование.

Формы контроля: входной, текущий, промежуточный, итоговый контроль.

Формы проведения контроля: индивидуальная (контрольный норматив).

2.4. Список литературы

Для педагогов:

Основная

1. Лопашова Ю.А., Мишнева Н.Л., Святохо Е.А. Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ. / К.п.н, доц. Ю.А. Лопашова, Н.Л. Мишнева, Е.А. Святохо // Методические рекомендации для педагогических работников и руководителей образовательных организаций Республики Крым, реализующих дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы различной направленности. Крымский республиканский институт постдипломного педагогического образования. - Симферополь. - 2021..
2. Софтбол. Образовательная программа многолетней подготовки по софтболу. – Одинцово. – 2015. – 84с.
3. Царенко А.В. Софтбол. Правила софтбола (быстрая подача) / А.В. Царенко, Т. Н. Ромашева. –М.:Основа, 2006. – 230с.
4. Юзвенко Г.В. Структура перемещающих действий и оценка их эффективности (на примере софтбола): дис. канд. пед. наук:спец. 01.02.08 – биомеханика / Г.В. Юзвенко. – М.: 2000. – 114с.
5. Alexander, M. J. L. Softball Pitching: Analysis of Two Elite Manitoba Pitchers/ M.J. Alexander . – Unpublished research paper, University of Manitoba, 2008. – 60p.

Дополнительная:

1. Логвина, Т. Ю. Средства физической культуры в оздоровлении детей \: метод. пособие / Т. Ю. Логвина. – Жлобин : Техническая книга, 1997. – 52 с.
2. Особенности структуры соревновательной деятельности игроков в лапту. К.п.н, доцент А.Ю. Костарев Башкирский государственный педагогический университет, Уфа. [Электронный документ]. – (<http://xreferat.com/103/384->

1osobennosti-struktury-sorevnovatel-noiy-deyatel-nosti-igrokov-v-laptu.html.)

Проверено 08.09.2020г.

3. Страковская, В. Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет / В. Л. Страковская. – М. : Новая школа, 1994. – 288 с.
4. Юзвенко Г.В. Биомеханизмы техники броска питчера в софтболе / Г.В. Юзвенко // Юбилейный сборник научных трудов молодых ученых и студентов РГАФК. – М.: 1998. – С. 242–248.

Для родителей:

1. Дедулевич, М. Н. Не пропусти миг игры : пособие для педагогов и родителей / М. Н. Дедулевич. – Мозырь : Белый ветер, 2002. – 60 с.
2. Королева Е. В., Юрченко П. Г., Бурдыгина Т. Н. Проблемные ситуации в школе и способы их решения: Практическое пособие. - М.: АРКТИ, 2006. - 80 с. (Школьное образование)
3. Физкультура для всей семьи / Сост. Т. В. Козлова, Т. А. Рябухина. - 2 изд., стереотип. - М. : Физкультура и спорт, 1990. - 463 с. : ил. - (Библиотека для родителей)

Для детей:

1. Гик, Е. Я. Популярная история спорта / Е. Я. Гик, Е. Ю. Гупало. - М. : Академия, 2007. - 448 с. : ил.
2. Если хочешь быть здоров : сборник / Сост. А. А. Исаев. - М. : Физкультура и спорт, 1988. - 352 с. : ил. - (Библиотека молодой семьи. Т.3
3. Малов, В. И. 100 великих спортивных достижений [Текст] / В. И. Малов. – М. : Вече, 2007. – 432 с. – (100 великих).
4. Ильин, Е. Здесь все – от А до Я – спортивная семья / Е. Ильин. – М. : Физкультура и спорт, 1977. – 31 с.

3. Приложения

3.1. Оценочные материалы Оценочные

материалы промежуточной аттестации

Общая физическая подготовка

Ознакомительный (1-й год обучения)

Целью данной работы является определение ОФП спортсмена.

Задачей данных контрольных нормативов является проверка ОФП.

Структура контрольной работы. Данные контрольные нормативы анализируют физическое состояние спортсмена.

Продолжительность выполнения работы: 45 минут.

Критерии оценивания. Система оценивания – контрольные нормативы. Выполнил норматив – зачёт, не выполнил – незачёт.

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки

Таблица 3.1.1

Развиваемое физическое качество	Контрольные нормативы
Скоростные качества	Бег на 18 м (не более 4,3 с)
	Бег на 30 м (не более 6,3 с)
	Челночный бег 3x10 м (не более 10 с)
Сила	Бросок набивного мяча 1 кг вперед двумя руками (не менее 4 м)
	Метание софтбольного мяча вперед одной рукой (не менее 15 м)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 125 см)
	Подъем туловища, лежа на спине

	(не менее 10 раз)
--	-------------------

3.3. Методические материалы

Дидактический материал видеофильмы: «Высшая лига», «Общая физическая подготовка», «Специальная физическая подготовка», «Техническая подготовка», «Тактическая подготовка».

Печатные пособия: текстовый материал, печатные рисунки, таблицы схемы по технике тактике софтбола, правила соревнований.

1. ИндорСофтбол (правила игры) / В.В. Шигалевский.- М.: Ранок, 2001.
2. Правила бейсбола(издание 2-е) /М. В. Ларькин.- М.: Академия, 2002.
3. Софтбол. Основы техники, тактики, правил игры и методики тренировки / В. М. Кожеваткин, В. Д. Ковалев. – М.:Советский спорт, 2003. - 192 стр.
4. Софтбол. Правила софтбола (быстрая подача) / пер. - Царенко А.В., Ромашова Т.Н., ред.- Гринчук Р.В. – М.: «Основа», 2006.

3.3 Календарно-тематическое планирование.

Таблица 3.3.1

Группа 1

№	Название темы занятия	Количество часов	Дата по расписанию		Форма аттестации/контроля	Примечание (корректировка)
			По плану	По факту		
Сентябрь						
1	История развития софтбола. Правила ТБ. Значение физических нагрузок на здоровье человека.	1				
2	Значении гигиены, контроля нагрузок, оказание первой медицинской помощи.	1				
3	Разминка. Специально беговые упражнения. Обучение техники бега на 18 м.	1				
4	Разминка. Специально беговые упражнения.Обучение техники бега на 30 м.	1				
Итого за месяц		4				
Октябрь						
9	Разминка. Специально беговые упражнения.Обучение технике прыжка через скакалку.	1				
10	Разминка. Специально беговые упражнения.Обучение технике челночного бега.	1				

11	Разминка. Специально беговые упражнения.Совер шенствование техники прижка через скакалку.	1				
12	Разминка. Специально беговые упражнения.Совер шенствование техни ки челночного бега.	1				
Итого за месяц		4				
Ноябрь						
21	Разминка. Специально беговые упражнения.	1				
22	Разминка. Специально беговые упражнения.Обучен ие метания софтбольного мяча.	1				
23	Разминка. Специально беговые упражнения. Совершенствование метания софтбольного мяча.	1				
24	Разминка. Специально беговые упражнения.Обучен ие технике отхода от базы.	1				
Итого за месяц		4				
Декабрь						
25	Разминка. Специально беговые упражнения.Совер шенствование ранее изученных технических приёмов.	1				
26	Разминка. Специально беговые	1				

	упражнения.Обучение технике бега по «базам».					
31	Разминка. Специально беговые упражнения.Обучение стойкам «защитников и отбивающих». Подводящие упражнения.	1				
32	Разминка. Специально беговые упражнения.Совершенствование ранее изученных технических приёмов.	1				
Итого за месяц		4				
Итого за полугодие		16				
Январь						
33	Правила ТБ.Разминка. Специально беговые упражнения.Обучение приёму «роллинга».	1				
35	Разминка. Специально беговые упражнения.Обучение приёму «флая». Обучение приёму прямого мяча. Сдача контрольных нормативов	1			Контрольные нормативы	
Итого за месяц		2				
Февраль						
40	Разминка. Специально беговые упражнения.Совершенствование ранее изученных технических приёмов.	1				

48	Разминка. Специально беговые упражнения. Совер шенствование ранее изученных технических приёмов.	1				
Итого за месяц		2				
Март						
51	Разминка. Специально беговые упражнения. Обучение тактике защитных действий при 0, 1 и 2 аутах.	1				
52	Разминка. Специально беговые упражнения. Совершенствование ранее изученных технических приёмов.	1				
53	Разминка. Специально беговые упражнения. Обучение тактике защитных действий при 0, 1 и 2 аутах.	1				
54	Разминка. Специально беговые упражнения. Защитные действия против всех видов «бантов».	2				
Итого за месяц		4				
Апрель						
55	Разминка. Специально беговые упражнения. Обучить тактическим действиям нападения при 0, 1 и 2 аутах.	1				

56	Разминка. Специально беговые упражнения. Совершенствование ранее изученных технических и тактических приёмов.	1				
63	Разминка. Специально беговые упражнения. Специа льно физическая подготовка.	1				
64	Разминка. Специально беговые упражнения. Совер шенствование ранее изученных технико- тактических приёмов в игровой обстановке.	1				
Итого за месяц		4				
Май						
Итого за месяц		4				
Итого за полугодие		16				
Итого за 1 год		34				

3.3. Лист корректировки

Согласовано Заместитель директора по ВР _____ Чуприна Т.Н. «____» _____ 2024	Утверждено Директор МБОУ «СОШ № 31» г. Симферополя _____ О.Н. Скребец Приказ № ____ от
--	---

Лист корректировки
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
"Софтбол"

Руководитель Домбровская Полина Сергеевна

Таблица 3.3.1

№	Название раздела	Тема урока	Дата проведения по плану	Причина коррекции	Корректирующее мероприятие	Дата проведения по факту

3.4. Лист контроля

Таблица 3.4.1

№	ФИО занимающегося	Форма аттестации/ контроля	Дата	Зачёт/не зачёт	Подпись преподавателя
1.		Контрольные нормативы			
2.		Контрольные нормативы			
3.		Контрольные нормативы			

3.5. План воспитательной работы

План воспитательной работы

Таблица 3.5.1

№	Мероприятие	Дата проведения	Ответственный	Отметка о выполнении
1	Игры в "Лапту"	В течение года	Домбровская П.С.	
2	Проведение бесед о доброжелательности в оценке работ товарищей	В течение года	Домбровская П.С., классные руководители	
3	Принять участие в общешкольных спортивных мероприятиях	В течение года	Заместитель директора по ВР	
4	Мастер-класс от успешных спортсменов	Январь-февраль	Домбровская П.С.	
5	Посещение и просмотр соревнований	Апрель	Домбровская П.С.	
6	Участие в соревнованиях по софтболу	Май	Домбровская П.С.	