


Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Дом детского творчества»
п. Уньюган

Рассмотрено:
на заседании
методического совета
МБУДО «ДДТ» п. Уньюган
протокол № 2
от 30 мая 2023 года

Утверждено:
Директор МБУДО «ДДТ»
п. Уньюган
Я.В. Тиханская
Приказ №83/1-од от 30 мая 2023 год



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Спортивные игры»
для детей 10-13 лет
1 год обучения

Разработчик:
Уймин Сергей Иванович
Педагог дополнительного образования
Высшая квалификационная категория

п. Уньюган
Октябрьский район
Ханты-Мансийский автономный округ - Югра
2023 год

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивные игры»
Направленность	Физкультурно-спортивная
Классификация	По функциональному назначению - общеразвивающая, физкультурно-оздоровительная; по форме организации – групповая, индивидуально-ориентированная; по времени реализации – краткосрочная; по возрастным особенностям - для детей среднего и старшего школьного возраста
Составитель программы	Уймин Сергей Иванович, педагог дополнительного образования
Учредитель	Управление образования и молодёжной политики Администрации Октябрьского района
Название учреждения	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Дом детского творчества» п. Уньюган
Адрес учреждения	628128, ХМАО-Югра, Октябрьский район, п. Уньюган, ул. Школьная, д. 15
География	Октябрьский район п. Уньюган
Целевая группа	Наполняемость: 10-20 человек Возраст: 10-13 лет
Обоснование для разработки программы	<ul style="list-style-type: none"> – Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации»; – Концепция развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726-р); – Постановление Главного государственного санитарного врача РФ «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» от 04.07.2014 г. № 41; – Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; – Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. n 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных

	общеобразовательных общеразвивающих программ
Цель программы	Создать благоприятные условия для гармоничного физического развития, удовлетворения потребности в двигательной активности, самореализации детей и подростков посредством обучения основам спортивным играм
Задачи программы	<ul style="list-style-type: none"> – пропаганда здорового образа жизни, оздоровление организма посредством гармоничного физического развития; – развитие гибкости, ловкости, выносливости, силы, координации, быстроты, скоростно-силовых качеств; – формирование навыков здорового образа жизни; – обучение основам техники и тактики игры; – воспитание воли, дисциплинированности, коллективизма, настойчивости, навыкам культуры поведения
Ожидаемые результаты	<p>Учащиеся будут знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – факты истории развития спортивных игр, характеризовать их роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью; – правила (технику) выполнения двигательных действий во время спортивных игр; – правила выполнения упражнений на необходимом техничном уровне; – выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности; – основы здорового образа жизни. <p>Учащиеся будут уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; – бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения; – взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения соревнований; – находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учащимися, выделять отличительные признаки и

	<p>элементы;</p> <ul style="list-style-type: none"> – общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности; – организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; – планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; – технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности (волейбол, баскетбол); – проводить судейство игры (матча)
Кадровое обеспечение	Педагог дополнительного образования, соответствующий требованиям профессионального стандарта
Форма обучения	Очная
Срок реализации	1 год
Режим занятий	4 учебных часов в неделю: 2 занятия по 2 учебных часа

I. СНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивные игры» (далее – программа) имеет **физкультурно-спортивную направленность**, является модифицированной. В процессе разработки программы использовалась программа дополнительного образования учащихся «Спортивные игры» составлена на основе примерной программы для учащихся 10-13 лет с углубленным изучением предмета «Физическая культура» под редакцией А.Т.Паршикова.

Спортивные игры - это сложно-координационные, ситуационные виды спорта, отличающиеся большим разнообразием, сложностью и изобретательностью действий игроков, которые требуют высокого физического и психологического напряжения, обусловленного необходимостью превзойти соперника.

Это виды игровых состязаний, в основе которых лежат различные технические и тактические приёмы поражения определённой цели спортивным снарядом в процессе противоборства двух или нескольких команд.

Занятия спортивными играми решают вопросы досуга, отвлекают от вредных привычек, прививают самодисциплину, она является средством активного отдыха и формирования здорового образа жизни.

Актуальной проблемой физического воспитания подрастающего поколения является обеспечение глубокого понимания необходимости здорового образа жизни, необходимости расширения физкультурной и спортивной работы, улучшения её организации по месту жительства и учёбы. Большое значение здесь имеет формирование у детей стремления к физическому самосовершенствованию.

Образовательная область программы призвана сформировать у учащихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, целостном развитии физических и психических качеств.

Педагогическая целесообразность: совершенствовать умения и навыки и популяризации спортивных игр, для привлечения обучающихся к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

Спортивные игры (волейбол, баскетбол) - одни из наиболее увлекательных и массовых видов спорта, получивших всенародное признание. Их отличает богатое и разнообразное двигательное содержание. Чтобы играть в волейбол и баскетбол, необходимо уметь быстро бегать, мгновенно менять направление и скорость движения, высоко прыгать, обладать силой, ловкостью и выносливостью. Эмоциональные напряжения, испытываемые во время игры, вызывают в организме занимающихся высокие сдвиги в деятельности сердечно - сосудистой и дыхательной систем. Качественные изменения происходят и в двигательном аппарате. Прыжки при передачах мяча, нападающих ударах и блокировании укрепляют костную систему, суставы становятся более подвижными, повышается сила и эластичность мышц.

Постоянные взаимодействия с мячом способствуют улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве.

Игра в волейбол и баскетбол развивает также мгновенную реакцию на зрительные и слуховые сигналы, повышает мышечное чувство и способность к быстрым чередованиям напряжений и расслаблений мышц. Небольшой объем статических усилий и нагрузок в игре благотворно влияет на рост юных спортсменов. Обучение содержанию программного материала построено на основе общих методических положений:

- от простого к сложному,
- от частного к общему,
- с использованием технологий личноно - ориентированного подхода в обучении.

Развитие двигательных качеств на всех этапах подготовки проходит в соответствии с сенситивными возрастными периодами.

1.2. Цели и задачи программы

Цель: создать благоприятные условия для гармоничного физического развития, удовлетворения потребности в двигательной активности, самореализации детей и подростков посредством обучения основам спортивным играм.

Задачи:

- пропаганда здорового образа жизни, оздоровление организма посредством гармоничного физического развития;
- развитие гибкости, ловкости, выносливости, силы, координации, быстроты, скоростно-силовых качеств;
- формирование навыков здорового образа жизни;
- обучение основам техники и тактики игры;
- воспитание воли, дисциплинированности, коллективизма, настойчивости, навыкам культуры поведения.

Адресат программы: юноши и девушки 10-13 лет.

Условия формирования учебных групп

Принимаются все желающие, как обучавшиеся ранее в спортивных секциях, так и пришедшие впервые.

Учебные группы формируются от 10 до 20 человек (юноши - волейбол, девушки – баскетбол).

Группы могут быть как одновозрастные, так и разновозрастные.

При зачислении в учебную группу **требуется** медицинское разрешение на занятия спортивными играми (медицинская справка). **Без медицинского допуска** присутствие учащегося на занятиях **строго запрещено**.

На основании успешного прохождения собеседования допускается:

- прием детей возраста, выходящего за рамки программы, при условии соответствия готовности учащегося к освоению данной образовательной деятельности;
- дополнительный набор учащихся в течение учебного года при условии наличия свободных мест.

Объем программы

Продолжительность учебного года – 34 учебных недель.

Таблица 1

Годы обучения	Объем образовательной нагрузки, ч. (33 учебные недели)		
	недельная	годовая	за весь период обучения
1	4	136	136

Май текущего учебного года резервное время, отведенное для 100 % реализации программы в случаях совпадения дней занятий с праздничными

днями, отсутствия замены педагога, находящегося на больничном режиме, командировке, отпуске и т.д.

При своевременном исполнении программы резервное время используется педагогом для проведения дополнительных занятий, подготовки к промежуточной или итоговой аттестации учащихся. На данный период составляется дополнительное планирование, которое является неотъемлемой частью рабочей программы текущего учебного года.

Формы организации образовательного процесса:

- тренировочное занятие;
- беседа;
- соревнование;
- тестирование;
- замер антропометрических измерений
- спортивный конкурс, праздник;
- просмотр соревнований и п.

Форма обучения: очная.

Формы проведения занятий: групповые.

Срок освоения программы: 1 год

Режим занятий: 4 часа в неделю: 2 занятия по 2 учебных часа.

II. КРИТЕРИИ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОГРАММЫ

В результате реализации программы, обучающиеся должны знать основы здорового образа жизни.

Владеть технико-тактическими навыками спортивных игр (волейбол).

Уметь проводить судейство матча.

Результат освоения программы: здоровый, физически сильный и гармонично развитый воспитанник.

Ожидаемые результаты

К концу обучения учащиеся:

- получат теоретические сведения о спортивных играх, о влиянии физических упражнений на самочувствие;
- ознакомятся с правилами техники безопасности и пожарной безопасности;
- улучшат общую физическую подготовку;
- научатся технично правильно выполнять специальные упражнения
- научатся соблюдать режим дня;
- в результате посещения занятий обучения дети приобщаться к занятиям физической культуре, узнают специфику спортивных игр, улучшат свой уровень физической подготовки.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета.

Универсальными компетенциями учащихся являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и 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 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;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её 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 хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

- излагать факты истории развития спортивных игр, характеризовать их роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять спортивные игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия по спортивным играм с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учащимися, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять упражнения на необходимом техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

III. МЕСТО ЗАНЯТИЙ

На изучение программы «Волейбол» отводится 136 часов (2 занятия в неделю по 2 часа).

Период с 27 апреля по 31 мая – резервное время, отведенное для 100 % реализации программы в случаях совпадения дней занятий с праздничными днями, отсутствия замены педагога, находящегося на больничном режиме и т.д.

При своевременном исполнении программы резервное время используется педагогом для проведения дополнительных занятий, подготовке к промежуточной, итоговой аттестации учащихся.

IV. УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

рабочей программы «Волейбол»

№	Наименование раздела	Количество часов		
		всего	теория	практика
1.	Теория	4	4	-
2.	Общая физическая подготовка	25	-	25
3.	Специально - физическая подготовка	25	-	25
5.	Волейбол	70	2	68
6.	Прием контрольных нормативов	2	-	2
7.	Участие в соревнованиях	10	-	10
	Итого:	136	6	

V. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Теория. (4 часа)

История отечественного спорта. Лучшие спортсмены России.

Меры безопасности и профилактика травматизма на занятиях по спортивным играм. Режим дня, двигательный режим, режим тренировок и соревнований спортсменов. Пожарная безопасность, техника безопасности на занятиях.

Требования к учащимся: дисциплинированность, знание и соблюдение техники безопасности, бережное отношение к спортивному инвентарю,

систематическая посещаемость занятий, соблюдение гигиенических норм здоровья.

Здоровый образ жизни. Вредные привычки.

2. Практика.

Общая физическая подготовка (25 часов)

- общеразвивающие упражнения, специально - беговые упражнения, низкий старт, бег на короткие дистанции;

- общеразвивающие упражнения, специально - беговые упражнения, высокий старт, бег на средние и длинные дистанции;

- общеразвивающие упражнения, специально - беговые упражнения, высокий старт, бег на средние и длинные дистанции;

- специально-метательные упражнения, бросок набивного мяча, метание мяча, гранаты;

- акробатические упражнения, упражнения в равновесии, упражнения в висах и упорах.

Специально-физическая подготовка (25 часа)

- подвижные игры на развитие скоростных качеств;

- подвижные игры на развитие скоростно-силовых качеств;

- подвижные игры на развитие выносливости;

- подвижные игры на развитие силовых качеств, гибкости;

- подвижные игры на развитие координационных качеств, ловкости.

Волейбол (70 часов)

- история волейбола;

- терминология волейбола. ТБ на занятиях;

- правила и организация соревнований;

- стойки и перемещения волейболиста;

- комбинация из передвижений и владения мячом;

- передача мяча сверху над собой, у стены, в парах, через сетку;

- передача мяча снизу над собой, у стены, в парах, через сетку;

- передача мяча сверху и снизу в парах у стены, в тройках со сменой мест;

- чередование передачи сверху и снизу на месте, у стены, в парах, через сетку;

- передача мяча сверху и снизу, стоя спиной к сетке;

- верхняя прямая подача мяча;

- нижняя прямая подача мяча;

- прием мяча сверху и снизу после подачи сверху и снизу;

- прямой нападающий удар;

- блокирование;

- комбинация: прием, передача, удар;

- тактика игры: тактика свободного нападения, позиционное нападение без изменения позиций, с изменением позиций, игра в нападении в зоне 3, игра в защите;

- игра волейбол на самоконтроль.

Прием контрольных нормативов (2 часа)

- по волейболу.

Участие в соревнованиях (10 часов)

- по волейболу (школьные соревнования среди мальчиков и девочек 4-6 классов).

VI. КАЛЕНДАРНЫЙ – УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№	Дата	Время	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля
1	19.09.23	16-00-18-00.	Исторические сведения о развития спортивных игр. Общие основы спортивных игр, ПП и ТБ. Здоровый образ жизни. Вредные привычки.	2	Беседа	Опрос
2	21.09.23	16-00-18-00.	Исторические сведения о развития спортивных игр. Общие основы спортивных игр, ПП и ТБ. Здоровый образ жизни. Вредные привычки.	2	Беседа	Опрос
3	26.09.23	16-00-18-00	Стойки и перемещения волейболиста. Общая физическая подготовка	2	Тренировочное занятие	Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в школьном этапе соревнований. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке 2 раза в год (сентябрь, май), учащиеся выполняют контрольные
4	28.09.23	16-00-18-00.	Стойки и перемещения волейболиста. Общая физическая подготовка	2	Тренировочное занятие	
5	03.10.23	16-00-18-00.	Стойки и перемещения волейболиста. Общая физическая подготовка	2	Тренировочное занятие	
6	05.10.23	16-00-18-00	Стойки и перемещения волейболиста. Общая физическая подготовка	2	Тренировочное занятие	
7	10.10.23	16-00-18-00.	Комбинация из элементов перемещений и владения мячом. Специально- физическая подготовка.	2	Тренировочное занятие	
8	12.10.23		Комбинация из передвижений и владения мячом. Специально- физическая подготовка.	2	Тренировочное занятие	
9	17.10.23		Стойки и перемещения волейболиста. Общая физическая подготовка	2	Тренировочное занятие	
10	19.10.23		Стойки и перемещения волейболиста. Общая физическая подготовка	2	Тренировочное занятие	

11	24.10.23		Комбинация из элементов перемещений и владения мячом. Специально- физическая подготовка.	2	Тренировочное занятие	нормативы.
12	26.10.23		Комбинация из передвижений и владения мячом. Специально- физическая подготовка.	2	Тренировочное занятие	
13	31.10.23		Обучение приему мяча снизу. Общая физическая подготовка.	2	Тренировочное занятие	
14	02.10.23		Обучение приему мяча снизу. Специальная физическая подготовка.	2	Тренировочное занятие	
15	07.11.23		Передача мяча снизу над собой, у стены. Специально- физическая подготовка.	2	Тренировочное занятие	
16	09.11.23		Передача мяча снизу над собой, у стены. Общая физическая подготовка.	2	Тренировочное занятие	
17	14.11.23		Передача мяча сверху над собой, у стены. Общая физическая подготовка.	2	Тренировочное занятие	
18	16.11.23		Передача мяча снизу над собой, у стены, в парах, через сетку. Специально- физическая подготовка.	2	Тренировочное занятие	
19	21.11.23		Передача мяча снизу над собой, у стены, в парах, через сетку. Специально- физическая подготовка.	2	Тренировочное занятие	
20	23.11.23		Передача мяча сверху и снизу в парах у стены, в тройках со сменой мест. Общая физическая подготовка	2	Тренировочное занятие	
	28.11.23					
21	30.11.23		Чередование передачи сверху и снизу на месте, у стены, в парах, через сетку после накидывания. Специально- физическая подготовка.	2	Тренировочное занятие	

22	05.12.23		Чередование передачи сверху и снизу на месте, у стены, в парах, через сетку. Специально- физическая подготовка.	2	Тренировочное занятие
23	07.12.23		Передача мяча сверху и снизу, стоя спиной к сетке. Общая физическая подготовка	2	Тренировочное занятие
24	12.12.23		Передача мяча сверху и снизу, стоя спиной к сетке. Специально- физическая подготовка.	2	Тренировочное занятие
25	14.12.23		Передача мяча сверху и снизу, стоя спиной к сетке. Специально- физическая подготовка.	2	Тренировочное занятие
26	19.12.23		Нижняя прямая подача мяча. Общая физическая подготовка	2	Тренировочное занятие
27	21.12.23		Прямая нижняя подача. Специально - физическая подготовка.	2	Тренировочное занятие
28	26.12.23		Верхняя прямая подача мяча. Специально - физическая подготовка.	2	Тренировочное занятие
29	28.12.23		Прием мяча сверху и снизу после подачи сверху и снизу. Общая физическая подготовка.	2	Тренировочное занятие
30	09.01.24		Прием мяча сверху и снизу после подачи сверху и снизу. Общая физическая подготовка.	2	Тренировочное занятие
31	11.01.24		Прямой нападающий удар.	2	Тренировочное занятие
32	16.01.24		Прямой нападающий удар.	2	Тренировочное занятие
33	18.01.24		Прямой нападающий удар.	2	Тренировочное

					занятие
34	23.01.24		Прямой нападающий удар.	2	Тренировочное занятие
35	25.01.24		Блокирование. Специально- физическая подготовка.	2	Тренировочное занятие
36	30.01.24		Комбинация из передвижений и владения мячом. Общая физическая подготовка.	2	Тренировочное занятие
37	01.02.24		Передача мяча сверху над собой, у стены, в парах, через сетку	2	Тренировочное занятие
38	06.02.24		Передача мяча сверху над собой, у стены, в парах, через сетку	2	Тренировочное занятие
39	08.02.24		Передача мяча сверху и снизу в парах у стены, в тройках со сменой мест	2	Тренировочное занятие
40	13.02.24		Передача мяча сверху и снизу в парах у стены, в тройках со сменой мест	2	Тренировочное занятие
41	15.02.24		Чередование передачи сверху и снизу на месте, у стены, в парах, через сетку	2	Тренировочное занятие
42	20.02.24		Чередование передачи сверху и снизу на месте, у стены, в парах, через сетку	2	Тренировочное занятие
43	22.02.24		Верхняя прямая подача мяча	2	Тренировочное занятие
44	27.02.24		Верхняя прямая подача мяча	2	Тренировочное занятие
45	29.02.24		Нижняя прямая подача мяча	2	Тренировочное занятие
46	05.03.24		Нижняя прямая подача мяча	2	Тренировочное занятие

47	07.03.24		Прием мяча сверху и снизу после подачи сверху и снизу	2	Тренировочное занятие
48	12.03.24		Прием мяча сверху и снизу после подачи сверху и снизу	2	Тренировочное занятие
49	14.03.24		Прямой нападающий удар	2	Тренировочное занятие
50	19.03.24		Прямой нападающий удар	2	Тренировочное занятие
51	21.03.24		Блокирование	2	Тренировочное занятие
52	26.03.24		Прямой нападающий удар	2	Тренировочное занятие
53	28.03.24		Прямой нападающий удар	2	Тренировочное занятие
54	02.04.24		Комбинация: прием, передача, удар	2	Тренировочное занятие
55	04.04.24		Прием контрольный нормативов по волейболу	2	Контрольное занятие
59	09.04.24		Комбинация: прием, передача, удар	2	Тренировочное занятие
60	11.04.24		Комбинация: прием, передача, удар	2	Тренировочное занятие
61	16.04.24		Тактика игры: тактика свободного нападения, позиционное нападение без изменения позиций, с изменением позиций, игра в нападении в зоне 3, игра в защите	2	Тренировочное занятие
62	18.04.24		Тактика игры: тактика свободного нападения, позиционное нападение без изменения	2	Тренировочное занятие

			позиций, с изменением позиций, игра в нападении в зоне 3, игра в защите			
63	23.04.24		Игра волейбол на самоконтроль	2	Тренировочное занятие	
64	25.04.24		Школьные соревнования по волейболу среди девочек 4-6 классов	2	Соревнования	
65	30.04.24		Школьные соревнования по волейболу среди девочек 4-6 классов	2	Соревнования	
66	02.05.24		Школьные соревнования по волейболу среди мальчиков 4-6 классов	2	Соревнования	
67	07.05.24		Школьные соревнования по волейболу среди мальчиков 4-6 классов	2	Соревнования	
68	09.05.24		Школьные соревнования по волейболу среди 4-6 классов	2	Соревнования	

VII. ИЗМЕРИТЕЛИ ОЦЕНОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Способы отслеживания и контроля результатов:

- контрольные упражнения, тестирование, сдача нормативов проводятся 2 раза в год;
- соревнования (армрестлинг, пауэрлифтинг) на различных уровнях проводятся по календарному плану мероприятий.

Для выявления результатов по атлетической гимнастике берётся во внимание умение учащихся самостоятельно составлять сплит - комплексы различной интенсивности и грамотно работать по ним.

Аттестация учащихся

Промежуточная аттестация – это оценка качества обученности учащихся по программе по итогам окончания учебного года.

Цель аттестации: выявление уровня развития способностей и личностных качеств учащегося, их соответствие прогнозируемым результатам программы на данном этапе обучения.

Задачи аттестации:

- определение уровня теоретической подготовки учащихся;
- выявление степени сформированности практических умений и навыков детей;
- анализ полноты реализации программы детского объединения;
- соотнесение прогнозируемых и реальных результатов учебно-воспитательного процесса;
- выявление причин, способствующих или препятствующих полноценной реализации программы;
- внесение необходимых корректив в содержание и методику образовательной деятельности детского объединения.

Форма проведения аттестации: контрольные упражнения, соревнования, тестирование, сдача нормативов. Примерные **оценочные материалы** представлены в приложениях к ДООП.

Формы и содержание, сроки аттестации определяются педагогом, рассматриваются на заседании методического объединения.

VIII. УЧЕБНО – МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Методические пособия для педагога:

1. Живора, П.В. Армспорт: техника, тактика, методика обучения: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений/П.В. Живора, А.И. Рахматов. – М.: Академия, 2001.

2. Запаражанов, В.А. Контроль в спортивной тренировке/В.А. Запаражанов. – М.: ФиС, 2001.
3. Захаров, Е.Н. Энциклопедия физической подготовки/Е.Н. Захарова. – М.: ФиС, 2004.
4. Зациорский, В.М. Физические качества спортсмена: основы теория и воспитания/В.М. Зациорский. – М.: ФиС, 2005.
5. Кривенцов, А.Л. Система комплексного контроля в управлении подготовкой спортсменов: Учебное пособие/А.Л. Кривенцов. – М.: РГАФК, 2001.
9. Менхин, Ю.В. Физическая подготовка (методологические основы): Учебное пособие/Ю.В. Менхин. – М.: ФиС, 2005.
6. Райский, Б.В. Силовая подготовка в различных видах спорта: Методические рекомендации/Б.В. Райский. – Хабаровск: ХГИФК, 2002.
7. Сила спортсмена и особенности ее развития: Учебно-методическое пособие. – Минск, 2004.
8. Хабаров, А.А. Основы общесиловой подготовки: методическое пособие/А.А. Хабаров. – М.: РГАФК, 2001.

Перечень интернет-ресурсов:

1. Министерство спорта Российской Федерации <http://www.minsport.gov.ru>
2. Олимпийский комитет России <http://www.roc.ru>
3. Международный олимпийский комитет <http://www.olympic.org>
4. 36 упражнений базового уровня по гимнастике
<http://uroki4you.ru/videourok-po-atleticheskoy-gimnastike.html>
5. Видеоурок по атлетической гимнастике
<https://www.youtube.com/watch?v=ay7oa1EfYDk&feature=youtu.be>

Методические пособия для учащихся:

1. Горцев, Г. Энциклопедия здорового образа жизни/Г.Горцев. - М.: ВЕЧЕ, 2001.
2. Назаренко, Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений/Л.Д. Назаренко. - М.: изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2002.
3. Попов, В.Д. 1001 упражнение для здоровья и физического развития/В.Д. Попов. - М.: Арстрель, 2002.
4. Физическая культура: Учебное пособие/ Под ред. В.А. Коваленко. - М.: изд-во АСВ, 2000.

Перечень интернет-ресурсов:

- Атлетическая гимнастика для начинающих. Методическое пособие.
<https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/presentacii/atletichieskaia-ghimnastika-dlia-nachinaiushchikh>
- Трехдневный сплин на массу <https://fb.ru/article/263699/trehdnevnyiy-split-na-massu-programma-dlya-mujchin>
- Олимпийский комитет России <http://www.roc.ru>
- Международный олимпийский комитет <http://www.olympic.org>

Наглядный материал:

Стенды (рекорды зала, победители соревнований, таблицы нормативов, спортивная информация)

Видеозаписи соревнований всероссийского, международного уровней.

IX. МАТЕРИАЛЬНО – ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**Принятые сокращения:**

Д – демонстрационный материал (не менее одного экземпляра на группу);

К – полный комплект (на каждого учащегося группы);

Ф – комплект для фронтальной работы (не менее одного экземпляра на двух учащихся);

Г – комплект, необходимый для работы в группах (один экземпляр на 5-6 учащихся).

Наименование объектов и средств материально – технического обеспечения	Количество
Печатные пособия	
Таблицы, схемы	Д
Технические средства обучения	
Музыкальный центр	Д
Учебно – практическое оборудование	
Штанги: 4 грифа, 1 олимпийский гриф, мини-грифы, замки, удваивающийся ряд блинов от 1.25 кг. До 25 кг. Общим весом не менее 300 кг.	Г
Стойки для штанги: для приседаний, для жима лёжа, для хранения грифов.	Д
Гантели разборные: от 2 до 25 кг.	Ф
Гири: 16,24,32 кг.	Г
Эспандеры	Г
Гимнастические палки	Г
Скамья для пресса	Г
Перекладина	Д
Брусья	Д
Шведская стенка	Г
Обруч	Д
Блины – 2.5кг;5кг;10кг,20кг	Д
Индивидуальные гимнастические коврики	К
Велотренажёр	Г
Пояс тяжелоатлетический	Д
Скакалки	К
Скамья для жима	Г
Резиновое или специальное покрытие пола	Д
Секундомер	Д
Свисток	Д

Зеркала	Д
Аптечка	Д