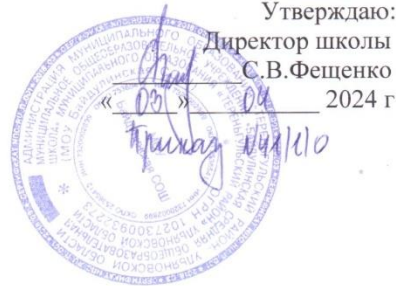


Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Байдулинская средняя общеобразовательная школа»
муниципального образования «Тереньгульский район»
Ульяновской области

Рассмотрена на заседании
Педагогического совета
МОУ Байдулинская СОШ
Протокол № 3
от « 03 » 04 2024 г
Секретарь Т.Н.Ватина Т.Н.Ватина



Краткосрочная дополнительная общеразвивающая
программа физкультурно- спортивной направленности
«Спортивный калейдоскоп»

Уровень программы: стартовый
Срок реализации программы: 16 часов
Возраст обучающихся от 13 до 17 лет

Автор-составитель:
Лазаричев Александр Алексеевич
педагог дополнительного образования

С.Байдулино, 2024 г.

1.КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК

1.1.Пояснительная записка

Краткосрочная дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Спортивный калейдоскоп» является модифицированной и разработана на основании следующих нормативных документов:

Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 2, ст. 15, ст.16, ст.17, ст.75, ст. 79);

Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р;

Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”

Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ № 09-3242 от 18.11.2015 года;

СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи;

Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 года № 816 «Порядок применения организациями, осуществляющих образовательную деятельность электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»

Методические рекомендации от 20 марта 2020 г. по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

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 образовательных потребностей (письмо от 29.03.2016 № ВК-641/09)

Положения о структуре, порядке разработки, утверждения и сопровождения дополнительных общеразвивающих программ МОУ Байдулинская СОШ

Устава МОУ Байдулинская СОШ

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Программа ориентирована на укрепление здоровья, формирование навыков здорового образа жизни и спортивного мастерства, морально-волевых качеств и системы ценностей с приоритетом жизни и здоровья. Программа ориентирована на приобщение детей к здоровому образу жизни, воспитание спортивного резерва страны, на дополнение и углубление школьной программы по физкультуре.

Уровни (уровень) реализации программы - стартовый.

Актуальность программы

Актуальность данной программы заключается в том, что приоритетной задачей Российского государства признана всемирная поддержка физической культуры и массового спорта, как важной основой оздоровления нации. Актуальность программы также обусловлена соответствием муниципальному заказу, то есть тем идеям и положениям, которые заложены в законах, положениях, рекомендациях, разработанными органами государственной, региональной и муниципальной власти, образовательной организации. Реализация программы будет способствовать пробуждению интереса к занятию спортом, здоровому образу жизни. В настоящее время спорт - одно из самых популярных направлений среди молодежи. Актуальность программы обусловлена потребностями современного общества и образовательным заказом государства в области физкультуры и спорта.

Кроме того, для современных детей ведущих малоподвижный образ жизни, вовлечение их в различные секции, в условиях агрессивной информационной

среды, формирует позитивную психологию общения и коллективного взаимодействия, занятия в кружке, секции способствуют повышению самооценки, тренируясь в неформальной обстановке, в отличие от школы, где предъявляются строгие требования к дисциплине, ребёнок более раскрепощается, что раскрывает его скрытые возможности по формированию логического мышления.

Понятие «здоровье» - это не только отсутствие болезней и физических дефектов, но и состояние полного физического, душевного и социального благополучия человека. Поэтому здоровье школьника представляет собой критерий качества современного образования.

В связи с ухудшением состояния здоровья детей, сложившейся ситуации в мире, охрана и укрепление здоровья детей и подростков является одним из основных направлений в деятельности школы.

В связи с этим необходимо организовать образовательный процесс с учетом психологического комфорта и ценности каждой индивидуальной личности, индивидуальных психофизических особенностей учащихся, предоставить возможность для творческой деятельности и самореализации личности.

Если все это будет учтено, то будет сохранено здоровье учащихся, сформированы навыки и позитивное отношение к здоровому образу жизни.

Спортивная игра- командная игра, в которой каждый игрок согласовывает свои действия с действиями партнеров. Различные функции игроков обязывают их постоянно взаимодействовать друг с другом для достижения общей цели. Эта особенность имеет важное значение для воспитания дружбы и товарищества, привычки подчинять свои действия интересам коллектива. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости передач и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовывать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Занятия спортивными играми способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья. Спортивные игры - это система

занятий физическими упражнениями, направленная на развитие всех физических качеств - выносливости, силы, ловкости, гибкости, скорости в их гармоничном сочетании, это способ развития или сохранения физических качеств, то есть внутреннего, физиологического, биохимического уровня.

Новизна программы

Современное состояние физического развития обучающихся характеризуется невысокой эффективностью, у значительной части подростков отмечается неудовлетворенность традиционными занятиями физической культурой. Такая ситуация привела к тому, что возникла необходимость в поиске новых организационных форм занятий, которые бы интегрировали все новое эффективное, созданное наукой и практикой в области физической культуры и спорта. Одним из интересных направлений поисков является объединение трех образовательных областей баскетбола, волейбола, футбола.

На основе успешного опыта раскрытия личности в рамках объединения по «Спортивный калейдоскоп» воспитанник будет более целенаправленно самореализовываться в условиях взрослой жизни.

Отличительная особенность программы:

- заключается в гармоничном сочетании физкультурно-оздоровительной деятельности обучающихся.

- содержание программы подобрано с учетом целенаправленного развития физических качеств и совершенствования двигательных навыков, изученных на уроках физической культуры, дополняя ее с учетом интересов детей. Однако содержание может меняться в зависимости от подготовленности обучающихся и условий проведения занятий.

Материал программы предполагает изучение основ трёх спортивных игр: баскетбола, волейбола, футбола.

Реализация данной программы дополнительного образования детей и подростков направлена на создание условий, позволяющих формировать у детей и подростков потребность в занятиях спортом, физической активности, здоровом образе жизни.

Адресат программы

Данная программа предназначена для физического воспитания и обучения подростков 13-17 лет в системе дополнительного образования.

С точки зрения физиологии, продолжается развитие двигательных навыков – силы, гибкости, быстроты, координации и контроль за своим движением, как в грубой, так и в тонкой моторике.

В подростковом возрасте увеличиваются поперечные размеры тела, устанавливаются индивидуальные его особенности, достигается гармоничные пропорции. Гармоничное развитие отмечается у 80-90% школьников. В результате созревания опорно-двигательного аппарата (к 15 годам) и завершения развития физических качеств достигается высокое совершенство движений. Создается основа формирования наиболее сложных их форм, четкой ориентации во времени и пространстве, с максимальной выраженностью различных проявлений силы, ловкости и быстроты.

Объем программы: 16 часов.

Формы обучения: очная.

При необходимости возможна реализация программы с применением электронного обучения (ЭО) и дистанционных образовательных технологий (ДОТ). При реализации ДОТ занятия проводятся с использованием чатов электронной системы общения, проводятся в режиме онлайн.

Основными элементами системы электронного обучения и дистанционных образовательных технологий являются: образовательные онлайн-платформы (электронная платформа для видеозанятий - занятия проводятся с использованием чатов электронной системы общения, проводятся в режиме онлайн); цифровые образовательные ресурсы, размещенные на образовательных сайтах; видеоконференции; вебинары; skype – общение; e-mail; облачные сервисы; электронные носители мультимедийных приложений; электронные пособия, разработанные с учетом требований законодательства РФ об образовательной деятельности.

Продолжительность занятия в дистанционном формате: 2 академических часа, в которые входит 30 минут занятия с применением интернет-платформ для

дистанционного обучения (он-лайн), остальное время отводится на выполнение творческих заданий и индивидуальные консультации с учащимися (оф-лайн).

В соответствии с программой каждое занятие состоит из теоретической части и практической части.

Форма организации обучения – групповое комбинированное занятие, включающее в себя:

лекцию, когда преподаватель объясняет новый материал, сопровождая объяснение мультимедийной презентацией

демонстрацию, когда обучающиеся слушают объяснения педагога и наблюдают за демонстрационным экраном;

групповую работу, когда учащиеся синхронно работают под управлением педагога;

самостоятельную работу, когда обучающиеся выполняют индивидуальные задания.

Формы занятий по количеству детей:

Форма занятий по количеству детей *фронтальная*, по способу коммуникации – лекция, просмотр фильмов, мастер-класс, практикум, практические и творческие задания, иллюстративные упражнения, направленные на формирование знаний учащихся.

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

объяснительно-иллюстративный – обучающиеся воспринимают и усваивают готовую информацию;

репродуктивный - учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;

частично-поисковый - участие детей в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом;

исследовательский - самостоятельная работа учащихся и пр.

Приём - работа по образцу, тренировочные упражнения.

Состав группы:

Обучающиеся в группе – от 13 до 17 лет. Группы комплектуются отдельно для мальчиков и девочек. Количественный состав объединения составляет – 15 человек. Набор обучающихся в группу по программе производится из числа всех желающих без предъявления требований к знаниям, умениям, навыкам (на основании заявления родителей (законных представителей), и не имеющих медицинских противопоказаний для занятий).

Режим занятий. Продолжительность занятий установлена на основании СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи. Продолжительность одного занятия - 45 минут, между занятиями 15-минутные перерывы.

Занятия проводятся два раза в неделю, по 2 часа: первая часть занятия длится 45 минут, за которой следует перерыв (15 минут), вторая часть занятия также составляет 45 минут, организационный момент – 15 минут.

Качество доступности и инновационности краткосрочной дополнительной общеразвивающей программы

- Программа реализуется для детей, включая детей с ограниченными возможностями здоровья и детей с инвалидностью (инклюзивный формат обучения).
- Программа содержит проведение мероприятий, направленных на профориентацию и профессиональное самоопределение обучающихся

Профориентационный компонент программы состоит в том, что дети в процессе освоения программного материала знакомятся с особенностями профессий тренера, учителя физической культуры, тем самым ориентируются на выбор этих профессий в дальнейшем.

- Программа содержит мероприятия воспитательной деятельности.

1.2 Цель и задачи программы.

Цель программы:

формирование системы знаний и умений в области игры баскетбол, волейбол, футбол, а также приобщение детей к регулярным занятиям спортом по различным видам деятельности.

Задачи программы

Образовательные:

- обогатить знания о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.
- обучить навыкам и умениям в физкультурно - оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
- приобрести конкретные знания в области гигиены, здорового образа жизни. - приобщить учащихся, в какому либо виду спорта.
- научить использовать компьютерные технологии при изучении того или иного вида спорта, работать дистанционно.

Воспитательные:

- воспитывать положительные качества личности , профилактика вредных привычек.
- формировать мотивации к физкультурно-спортивной деятельности через историю развития спорта, развитие психологической и коммуникативной культуры.
- формировать навыки здорового образа жизни, воспитание культуры поведения.

Развивающие:

- формировать культуру движений, обогатить двигательный опыт физическими упражнениями с общеразвивающей и оздоровительной направленностью, техническими действиями и приемами различных видов спорта;
- укреплять здоровье через развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;

Ожидаемые результаты программы

- увеличится количество учащихся, занимающихся физической культурой и спортом;
- снизится уровень заболеваемости учащихся;
- повысятся качества знаний обучающихся в рамках физкультурно- спортивной

направленности;

- повысится уровень культуры здоровья учащихся;

К окончанию учебной программы обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

- обогатит знания о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.

- обучится навыкам и умениям в физкультурно - оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;

- приобретет конкретные знания в области гигиены, здорового образа жизни.

- изменит отношение к своему здоровью, осознает необходимость сохранения физического здоровья, начиная с раннего возраста;

- повысит уровень развития физических качеств (силы, ловкости, выносливости);

Сформированы личностные качества:

- сформируется установка на безопасный, здоровый образ жизни;

- сформируется умение планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

- научится определять наиболее эффективные способы достижения результата;

- сформируется навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

- научится видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека; оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

2. Содержание программы

Учебный план обучения

№	Название раздела,	Количество часов	Формы аттестации/ Контроля
----------	--------------------------	-------------------------	---------------------------------------

п/п	темы	Всего	Теория	Практика	
1. Модуль «Баскетбол»					
1.1	Введение. Истории развития баскетбола, Изучение правил игры в баскетбол. Техника безопасности.	1	1	0	Опрос
1.2	Различные комплексы упражнений. Разучивание комплекса ОРУ на месте и ОРУ в движении. Тактика и техника ведения игры.	1	0	1	Тестирование. Текущий контроль
1.3	Техника владения мячом, передвижения, обводки соперника, передачи мяча. Техника броска после движения.	2	0	2	Опрос. Зачет.
1.4	Игра баскетбол	1	0	1	Соревнования. Итоговый контроль
1.5.	Модуль воспитательной работы. Профорientация. "Ученик - тренер". "Ученик - судья"	1	0	1	Игра .
	Итого по модулю.	6	1	5	
2. Модуль « Волейбол»					
2.1	Истории развития волейбола, Изучение правил игры в волейбол. Техника безопасности.	1	1	0	Опрос
2.2	Различные комплексы упражнений. Разучивание комплекса ОРУ на месте и ОРУ в движении. Комплекс подводящих упражнений с мячом.	1	0	1	Тестирование. текущий контроль
2.3.	Техника перехода игроков. Техника приёма мяча снизу и сверху. Блокирование Техника паса. Техника нападающего удара.	2	1	1	Опрос. Зачет.
2.4.	Игра в волейбол	1	0	1	Соревнования. итоговый контроль

	Итого по модулю.	5	2	3	
3. Модуль «Футбол»					
3.1	Истории развития футбола. Изучение правил игры в футбол. Техника безопасности.	1	1	0	Опрос
3.2	Различные комплексы упражнений. Разучивание комплекса ОРУ на месте и ОРУ в движении. Основные технические приемы и упражнения.	1	0	1	Тестирование. Текущий контроль.
3.3	Тактика и техника ведения игры. Защитные позиции и игра в защите. Техника передачи и остановки мяча Прием и отбивание мяча, защита ворот. Ввод мяча после остановки игры	2	1	1	Опрос. Зачет
3.4	Игра в футбол	1	0	1	Соревнования. Итоговый контроль
	Итого по модулю.	5	2	3	

Содержание программы

Модуль 1. «Баскетбол»

Тема 1.1. Введение. История развития баскетбола. Изучение правил игры в баскетбол. Техника Безопасности

Теория: 1 час.

Данная тема дает начальное понимание о спортивной игре баскетбол, ее роли в современном мире. Изучение способов упражнений с мячом на месте и в движении. Изучение тактики и техники ведения мяча. Повторение техники безопасности во время занятий спортивных игр с мячом.

Форма контроля: опрос

Тема 1.2. Различные комплексы упражнений. Разучивание комплекса ОРУ на месте и ОРУ в движении.

Практика: 1 час.

Комплекс подводящих упражнений с мячом.

Данная тема знакомит с различными комплексами упражнений общей физической подготовки и комплексом упражнений с мячом на месте и в движении в баскетболе. Выполнение индивидуальных упражнений с баскетбольным мячом: жонглирование, обводка препятствий, ловля высоко подброшенного мяча после приседа в высоком прыжке, вращение мяча вокруг туловища, передачи 2-мя мячами в стену, дриблинг правой рукой с одновременным подбрасыванием вверх мяча левой рукой и др. Выполнение игровых упражнений и специализированных упражнений.

Форма контроля: тестирование. Текущий контроль.

Тема 1.3. Техника владения мячом, передвижения, обводки соперника, передачи мяча. Техника броска после движения.

Практика: 1 час.

Совершенствование техники передвижения: стойка, бег, остановки, прыжки, повороты. Отработка техники владения мячом, передвижения, обводки соперника, передачи мяча, выбивания и вырывания мяча. Техника броска после движения.

Форма контроля: зачет

Практика: 1 час.

Закрепление и совершенствование индивидуальных тактических действий в нападении и защите. Разучивание и закрепление тактических взаимодействий в парах и в тройках в нападении. Разучивание и закрепление тактических взаимодействий против взаимодействий в парах и в тройках в защите.

Форма контроля: зачет

Тема 1.4. Игра в баскетбол

Практика: 1 час.

Игра в баскетбол.

Форма контроля: соревнование. Итоговый контроль.

Тема 1.5. Воспитательный компонент.

Игра в баскетбол. "Ученик-тренер", "Ученик-судья по баскетболу". Форма контроля: соревнование.

Модуль 2. « Волейбол»

Тема 2.1. История возникновения. Техника Безопасности

Практика: 1 час.

Данная тема дает начальное понимание о спортивной игре волейбол, ее роли в современном мире. Повторение техники безопасности во время занятий спортивных игр с мячом.

Форма контроля: опрос

Тема 2.2. Различные комплексы упражнений. Разучивание комплекса ОРУ на месте и ОРУ в движении. Комплекс подводящих упражнений с волейбольным мячом.

Практика: 1 час.

Данная тема знакомит с различными комплексами упражнений общей физической подготовки и комплексом упражнений с мячом на месте и в движении в волейболе .

Значимость ОРУ для физического развития. Изучение способов упражнений с мячом на месте и в движении. Изучение тактики и техники ведения мяча.

Форма контроля: тестирование. Текущий контроль.

Тема 2.3. Техника перехода игроков. Техника приёма мяча снизу и сверху. Блокирование Техника паса. Техника нападающего удара.

Теория: 1 час.

Эта тема содержит общие сведения о технике владения волейбольным мячом. Изучение этапов освоения техники владения мяча.

Форма контроля: опрос

Практика: 1 час.

Техника перехода игроков. Техника приёма мяча снизу и сверху. Блокирование Техника паса. Техника нападающего удара.

Форма контроля: зачет

Тема 2.4. Игра в волейбол

Практика: 1 час.

Игра в волейбол. Итоговый контроль.

Форма контроля: соревнование

Модуль 3. «Футбол»

Тема 3.1 История возникновения. Изучение правил игры в футбол. Техника Безопасности

Теория: 1 час.

Данная тема дает начальное понимание о спортивной игре футбол, ее роли в современном мире. Повторение техники безопасности во время занятий спортивных игр с мячом.

Форма контроля: опрос

Тема 3.2. Различные комплексы упражнений. Разучивание комплекса ОРУ на месте и ОРУ в движении. Основные технические приемы и упражнения.

Практика: 1 час.

Данная тема знакомит с различными комплексами упражнений общей физической подготовки и комплексом упражнений с мячом на месте и в движении в футболе. Значимость ОРУ для физического развития. Изучение способов упражнений с мячом на месте и в движении. Изучение тактики и техники ведения футбольного мяча.

Форма контроля: тестирование. Текущий контроль

Тема 3.3. Тактика и техника ведения игры. Защитные позиции и игра в защите. Техника передачи и остановки мяча в футболе. Прием и отбивание мяча, защита ворот. Ввод мяча после остановки игры

Теория: 1 час.

Эта тема содержит общие сведения о технике владения футбольного мячом. Изучение этапов освоения техники владения мяча.

Форма контроля: опрос. Текущий контроль.

Практика: 1 час.

Тактика и техника ведения игры. Защитные позиции и игра в защите. Техника передачи и остановки мяча .Прием и отбивание мяча, защита ворот. Ввод мяча после остановки игры

Форма контроля: зачет

Тема 3.4. Игра в футбол

Практика: 1 час. Игра в футбол.

Форма контроля: соревнование. Итоговый контроль.

II. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график программы «*Спортивный калейдоскоп*» 1 группа - девочки

№ п/п	Дата по плану	Дата по факту	Количество часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма контроля	Примечание
1 модуль							
1	01.08.24		1	Введение. Истории развития баскетбола, Изучение правил игры в баскетбол. Техника безопасности.	Теоретическое	Опрос	
2	01.08.24		1	Различные комплексы упражнений. Разучивание комплекса ОРУ на месте и ОРУ в движении. Тактика и техника ведения игры.	Практическое	Тестирование. Текущий контроль	
3	06.08.24		1	Техника владения мячом, передвижения, обводки соперника, передачи мяча. Техника броска после движения.	Практическое	опрос	
4	06.08.24		1	Техника владения мячом, передвижения, обводки соперника, передачи мяча. Техника броска после движения.	Практическое	зачет	
5	08.08.24		1	Игра в баскетбол	Практическое	Соревнование.	

						Итоговый контроль	
6	08.08.24		1	Профориентация. Воспитательный компонент. Игра в баскетбол. "Ученик-тренер", "Ученик-судья по баскетболу"	Практическое	Соревнование.	
2 модуль							
1	13.08.24		1	Истории развития волейбола, Изучение правил игры в волейбол. Техника безопасности.	Теоретическое	опрос	
2	13.08.24		1	Различные комплексы упражнений. Разучивание комплекса ОРУ на месте и ОРУ в движении. Комплекс подводящих упражнений с мячом.	Практическое	Тестирование. Текущий контроль	
3	15.08.24		1	Техника перехода игроков. Техника приёма мяча снизу и сверху. Блокирование Техника паса. Техника нападающего удара.	теоретическое	опрос	
4	15.08.24		1	Техника перехода игроков. Техника приёма мяча снизу и сверху. Блокирование Техника паса. Техника нападающего удара.	практическое	зачет	
5	20.08.24		1	Игра в волейбол	практическое	Соревнование. Итоговый контроль	
3 модуль							
1	20.08.24		1	Истории развития футбола. Изучение правил игры в футбол. Техника безопасности.	Теоретическое	опрос	
2	22.08.24		1	Различные комплексы упражнений. Разучивание комплекса ОРУ на месте и ОРУ в движении. Основные технические приемы и упражнения.	Практическое	Тестирование. Текущий контроль	

3	22.08.24		1	Тактика и техника ведения игры. Защитные позиции и игра в защите. Техника передачи и остановки мяча Прием и отбивание мяча, защита ворот. Ввод мяча после остановки игры	Теоретическое	опрос	
4	27.08.24		1	Тактика и техника ведения игры. Защитные позиции и игра в защите. Техника передачи и остановки мяча Прием и отбивание мяча, защита ворот. Ввод мяча после остановки игры	Практическое	зачет	
5	27.08.24		1	Игра в футбол	практическое	Соревнование. Итоговый контроль	

2 группа - мальчики

№ п/п	Дата по плану	Дата по факту	Количество часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма контроля	Примечание
1 модуль							
1	05.08.24		1	Введение. Истории развития баскетбола, Изучение правил игры в баскетбол. Техника безопасности.	Теоретическое	Опрос	
2	05.08.24		1	Различные комплексы упражнений. Разучивание комплекса ОРУ на месте и ОРУ в движении. Тактика и техника ведения игры.	Практическое	Тестирование. Текущий контроль	
3	07.08.24		1	Техника владения мячом, передвижения, обводки соперника, передачи мяча. Техника броска после движения.	Практическое	опрос	

4	07.08.24		1	Техника владения мячом, передвижения, обводки соперника, передачи мяча. Техника броска после движения.	Практическое	зачет	
5	12.08.24		1	Игра в баскетбол	Практическое	Соревнование. Итоговый контроль	
6	12.08.24		1	Профориентация. Воспитательный компонент. Игра в баскетбол. "Ученик-тренер", "Ученик-судья по баскетболу"	Практическое	Соревнование.	

2 модуль

1	14.08.24		1	Истории развития волейбола, Изучение правил игры в волейбол. Техника безопасности.	Теоретическое	опрос	
2	14.08.24		1	Различные комплексы упражнений. Разучивание комплекса ОРУ на месте и ОРУ в движении. Комплекс подводящих упражнений с мячом.	Практическое	Тестирование. Текущий контроль	
3	19.08.24		1	Техника перехода игроков. Техника приёма мяча снизу и сверху. Блокирование Техника паса. Техника нападающего удара.	теоретическое	опрос	
4	19.08.24		1	Техника перехода игроков. Техника приёма мяча снизу и сверху. Блокирование Техника паса. Техника нападающего удара.	практическое	зачет	
5	21.08.24		1	Игра в волейбол	практическое	Соревнование. Итоговый контроль	

3 модуль

1	21.08.24		1	Истории развития футбола. Изучение правил игры в футбол. Техника безопасности.	Теоретическое	опрос	
---	----------	--	---	--	---------------	-------	--

2	26.08.24		1	Различные комплексы упражнений. Разучивание комплекса ОРУ на месте и ОРУ в движении. Основные технические приемы и упражнения.	Практическое	Тестирование. Текущий контроль	
3	26.08.24		1	Тактика и техника ведения игры. Защитные позиции и игра в защите. Техника передачи и остановки мяча Прием и отбивание мяча, защита ворот. Ввод мяча после остановки игры	Теоретическое	опрос	
4	28.08.24		1	Тактика и техника ведения игры. Защитные позиции и игра в защите. Техника передачи и остановки мяча Прием и отбивание мяча, защита ворот. Ввод мяча после остановки игры	Практическое	зачет	
5	28.08.24		1	Игра в футбол	практическое	Соревнование. Итоговый контроль	

2.2. Условия реализации программы

Материально-технические условия:

- Специализированный спортивный зал;
- обеспечение учебно-наглядными пособиями по волейболу, баскетболу, футболу; пополнение материальной базы волейбольными, баскетбольными и футбольными мячами, сеткой и др. инвентарём.

Педагогические условия:

- учёт индивидуальных и возрастных особенностей учащихся в использовании форм, средств и способов реализации программы секции спорт. игр «Спортивный калейдоскоп»;
- соблюдение единства педагогических требований во взаимоотношениях с

учащимися;

-создание условий для развития личности учащегося и его способностей.

Методические условия:

- наличие необходимой документации:

- программы деятельности спортивной секции;

- тематического планирования секции спортивных игр: «Спортивный калейдоскоп».

Информационные условия:

<http://www.fizkulturavshkole.ru/>

<http://fizkultura-na5.ru/>

<http://fizkulturnica.ru/>

<http://www.iron-health.ru/programmy-trenirovok/metodika-razvitiya-vzryvnoj-sily-nog.html>

<http://vuzirossii.ru/>

<http://ds31.centerstart.ru/>

Для обучения с применением дистанционных образовательных технологий используются технические средства, а также информационно-телекоммуникационные сети, обеспечивающие передачу по линиям связи указанной информации (образовательные онлайн-платформы, цифровые образовательные ресурсы, размещенные на образовательных сайтах, видеоконференции, вебинары, skype-общение, e-mail, облачные сервисы и т.д.)

2.3. Формы контроля

Диагностическое обследование результатов обучения и личностного развития обучающихся по программе «Спортивный калейдоскоп» проводится методом наблюдения, собеседования, тестирования, зачета.

Предметом диагностики и контроля являются *внешние физические качества обучающихся*, а также их внутренние личностные качества (освоенные способы деятельности, знания, умения), которые относятся к целям и задачам курса.

Возможно использование следующих *методов отслеживания результативности*:

- *Педагогическое наблюдение* (решения задач поискового характера, активности обучающихся на занятиях).

- *Мониторинг* (ведение журнала учета).

Основой для оценивания деятельности обучающихся являются результаты анализа его развития. Оценка имеет различные способы выражения – устные суждения педагога, письменные качественные характеристики. Оценке подлежит в первую очередь уровень достижения обучающимся минимально необходимых результатов, обозначенных в целях и задачах курса. Учитель выделяет и поясняет критерии оценки, учит детей формулировать эти критерии в зависимости от поставленных целей и особенностей физического развития.

Критерии педагогического наблюдения:

- проявляет/не проявляет интерес к занятиям по баскетболу, волейболу, футболу; активен/пассивен во время учебного процесса, участвует/не участвует в мероприятиях по баскетболу, волейболу, футболу;

- проявляет/не проявляет дисциплинированность, самоорганизованность, концентрацию и усердность в работе, соблюдает/не соблюдает правила поведения во время учебного процесса;

- проявляет/не проявляет дружелюбие, взаимопомощь в коллективе, вежливость, доброжелательность, уважительность в общении с педагогом и другими учащимися, бесконфликтность поведения;

- проявляет/не проявляет целеустремленность, настойчивость, терпение, стремится/не стремится к достижению высоких результатов и прогрессу.

Проверка достигаемых образовательных результатов производится в следующих формах:

- текущий рефлексивный самоанализ, контроль и самооценка обучающимися выполняемых заданий;

- взаимная оценка обучающимися работ друг друга или работ, выполненных в группах;
- публичная защита выполненных обучающимися творческих работ (индивидуальных и групповых);
- текущая диагностика и оценка педагогом деятельности обучающихся;
- итоговая оценка индивидуальной деятельности учащихся учителем, выполняемая в форме образовательной характеристики.

2.4. Оценочные материалы

Предметом диагностики и контроля являются внешние образовательные способности детей, а также их внутренние личностные качества (освоенные способы деятельности, знания, умения), которые относятся к целям и задачам курса.

Основой для оценивания деятельности учеников являются результаты анализа его работы и деятельности по его росту. Оценка имеет различные способы выражения – устные суждения педагога, письменные качественные характеристики.

Оценке подлежит в первую очередь уровень достижения обучающимся минимально необходимых результатов, обозначенных в целях и задачах курса.

Учитель выделяет и поясняет критерии оценки, учит детей формулировать эти критерии в зависимости от поставленных целей и особенностей образовательного результата.

Проверка достигаемых учениками образовательных результатов производится в следующих формах:

- текущий рефлексивный самоанализ, контроль и самооценка учащимися выполняемых заданий;
- взаимная оценка учащимися результата друг друга ;
- публичная защита и показ результата учащимися;
- текущая диагностика и оценка учителем деятельности школьников;
- итоговая оценка индивидуальной деятельности учащихся учителем, выполняемая в форме образовательной характеристики.

Качество результатов оценивается по практической деятельности.

Методика выполнения контрольных упражнений по СФП

1. Бег 20 метров.
2. Прыжок в высоту с места.
3. Скоростная выносливость.

Методика выполнения контрольных упражнений по технической подготовке.

1. Штрафные броски (кол-во очков). 10 бросков за 1 мин и 30 сек. Испытуемый выполняет штрафные броски сериями по 2 броска (каждая серия выполняется в противоположное кольцо). После первого броска мяч подает партнер, после второго броска испытуемый сам подбирает мяч, сведением продвигается к противоположной штрафной линии. Учитывается суммарное количество очков, за каждое попадание начисляется одно очко. Тест могут выполнять одновременно два игрока, начиная его у противоположных щитов. Если испытуемый не успевает выполнить 10 бросков за 1,5 минуты, дальнейшие броски не выполняются.

2. Ведение мяча 20 м. Испытуемый преодолевает 20 метровый отрезок с ведением мяча. Фиксируется время преодоления отрезка с точностью до десятых долей секунды. В случае неправильного ведения попытка не засчитывается.

3. Дистанционные броски. Испытуемый выполняет 4 серии по 10 бросков.

4. Скоростная техника. Испытуемый выполняет обводку "змейкой" трех стоек прямолинейно расположенных вдоль площадки в центре штрафных линий и средней линии, заканчивая ее броском в корзину. Испытуемый начинает ведение /секундомер включается/ с центра лицевой линии под щитом, обводит препятствия правой и левой рукой и бросает мяч в корзину из-под щита правой рукой в движении. После забитого, игрок не касаясь этого мяча, тут же берет другой мяч, лежащий слева на пересечении лицевой линии и линии, соединяющей лицевую и штрафную и продолжает обводку в обратную сторону

сначала левой рукой, потом правой и заканчивает её ведением и броском в корзину из-под щита в движении левой рукой. Секундомер останавливается в момент прохождения мяча через корзину, время измеряется с точностью до десятой доли секунды. Фиксируется лучшее время одной из попыток, в случае неточного броска испытуемый продолжает бросать до тех пор, пока не попадёт в кольцо.

Нормативы общей физической подготовленности

Возраст (лет)	Уровень подготовленности		
	Высокий	средний	Низкий
Прыжок в длину с места (см)			
12	190	165	135
13	195	175	145
14	200	180	160
15	210	190	170
16	220	200	178
17	225	205	180
18	230	210	185
Подъем туловища из положения лежа (кол-во раз) за 30сек.			
12	22	15	10
13	24	17	13
14	26	19	16
15	28	21	18
16	30	23	20
17	32	25	22
18	34	27	25
Отжимания (кол-во раз) за 30сек.			
12	23	19	10
13	24	20	11
14	26	22	13
15	28	24	15
16	29	25	16
17	30	25	18
18	30	27	20

Нормативы специальной физической подготовленности

Возраст (лет)	Уровень подготовленности		
	Высокий	средний	Низкий
Бег 20 м.(с).			
12	4,1	4,6	4,10
13	4,1	4,5	4,9

14	3,8	4,3	4,8
15	3,6	4,2	4,7
16	3,5	4,1	4,6
17	3,5	4,0	4,5
18	3,4	3,8	4,3
Прыжок в высоту с места (см.)			
12	38	32	23
13	41	34	25
14	44	38	27
15	45	40	30
16	49	41	32
17	50	42	34
18	51	43	35
Скоростная выносливость (сек)			
12	36	40	47
13	34	38	46
14	32	36	43
15	30	34	40
16	29	32	38
17	28	31	37
18	27	30	36

2.5. Методические материалы

Для характеристики количественных показателей используются следующие обозначения:

Д – демонстрационный экземпляр

К – полный комплект (на каждого обучающегося)

Г – комплект (для работы в группах)

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения.	кол- во
1	Стандарт основного общего образования по физической культуре.	Д
2	Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов / Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. — М.: Просвещение, 2011. — 77 с.: ил. — (Работаем по новым стандартам).	Д
3	Волейбол в школе. Пособие для учителя. М., «Просвещение» 1976. 111с.	Д

4	Волейбол: Примерная программа спортивной подготовки для В67 детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва(этапы спортивно- оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный) [Текст].-М.: Советский спорт, 2005.-112с.	Д
5	Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. Волейбол.- М.: Физкультура и спорт, 1983,- 144с.	Д
6	Справочник учителя физической культуры /авт.-сост. П.А. Киселева.- Волгоград: Учитель, 2011.- 251 с.	Д
7	Ж.К., Холодов В.С. Кузнецов: Теория и методика физического воспитания и спорта - М. издательский дом «Академия» 2007г.	Д
8	Е.В.Конева: Спортивные игры: правила, тактика, техника - Ростов-на- Дону, издательство «Феникс»,2004	Д
9	Дидактические материалы по основным разделам	Г
10	Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению	Д
11	Методические издания по физической культуре для учителей	Д
12	Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности	Д
13	Плакаты методические	Д
14	Портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры, спорта и олимпийского движения	Д
15	Видеофильмы по основным разделам учебного материала	Д
16	Аудиозаписи	Д
17	Мультимедийный компьютер	Д
18	Аудиоцентр с системой озвучивания спортивных залов и площадок	Д

19	Стенка гимнастическая	Г
20	Скамейка гимнастическая жесткая	Г
21	Скамья атлетическая вертикальная, наклонная	Г
22	Мячи: футбольный, теннисные, малый мяч (мягкий), набивной	Г
23	Палка гимнастическая	К
24	Мячи: баскетбольные, волейбольные.	К
25	Скакалка детская	К
26	Гантели наборные	Г
27	Табло перекидное	Д
28	Пульсометр	Г
29	Шагомер электронный	Г
30	Ступенька универсальная	Г
31	Весы медицинские с ростомером	Д
32	Стойки волейбольные универсальные	Д
33	Кубики	Г
34	Обруч детский	Г
35	Жилетки игровые	Г

36	Сетка волейбольная	Д
37	Аптечка	Д
38	Сетка для переноса и хранения мячей	Д
39	Конус сигнальный	Г
40	Ролик для пресса	Г
41	Насос ручной	Д
42	Секундомер	Д
43	Площадка игровая волейбольная	Д

2.6. Программа воспитания

Воспитательный компонент программы разработан в соответствии с Федеральным законом от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся.

Воспитательная работа осуществляется в рамках реализации краткосрочной дополнительной общеразвивающей программы «Волейбол» и имеет 2 важные составляющие – индивидуальную работу с каждым обучающимся и формирование детского коллектива.

Цель: Создание условий для формирования социально-активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности обучающегося, способной на сознательный выбор жизненной позиции, а также к духовному и физическому самосовершенствованию, саморазвитию в социуме.

Задачи:

1. Способствовать развитию личности, способной формировать собственное мировоззрение и систему базовых ценностей.

2. Сформировать умение самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности обучающихся.

2. Развивать систему отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности.

План воспитательной работы

1 группа

№ п/п	Наименование мероприятия. Форма проведения.	Дата проведения.	Количество уч-ся.	Отметка о выполнении.
1	Воспитательный компонент. Игра в баскетбол. "Ученик-тренер", "Ученик-судья по баскетболу. Соревнование.		15	

2 группа

№ п/п	Наименование мероприятия. Форма проведения.	Дата проведения.	Количество уч-ся.	Отметка о выполнении.
1	Воспитательный компонент. Игра в баскетбол. "Ученик-тренер", "Ученик-судья по баскетболу. Соревнование.		15	

III. Список литературы

Для педагога

1. Балабин М.А. Туристическая секция коллектива физкультуры. М., 1973.
2. Бондарь А. И. Учись играть в баскетбол. Минск: Полынья, 1986.
3. Браун, Джим. Теннис: шаги к успеху / Джим Брайн; пер. с англ. А.В.Банкрашкова.- М.: Астрель; АСТ, 2009.- 175с.
4. Елжова Н.В. Лето звонкое, громче пой! Сценарии праздников, конкурсов, спортивных мероприятий для школ и детских оздоровительных центров.- Ростов н/Д.: Феникс, 2004.- 192с. 5. Клещев Ю.Н. Волейбол. Подготовка команды к соревнованиям: учеб. пособие / Ю.Н. Клещев.– М.: СпортАкадемПресс, 2008.
6. Мукиан, Майкл. Все о тренировке юного футболиста: пер.с англ./ Майкл Мукиан, Дин Дюрст.- М.:АСТ:Астрель, 2008.- XVIII, 235с.
7. Потапова Т.В. Потенциал физической культуры и спорта. Монография. Тюмень. Изд-во ТГУ.- 2006.- 104с
8. Программы общеобразовательных учреждений. Физическая культура. М.: Просвещение, 2006. – 32 с.
9. Родионов А.В. Психология физического воспитания и спорта. Учебник для вузов. – М.: Академический проект, Фонд "Мир", 2009.
- 10.Сборник программ дополнительного образования. Программы социально-педагогического и спортивного направления. Хабаровск: Краевой детский центр «Созвездие», 2008.

11. Чумаков Б.Н. Десять заповедей сохранения жизни. М.: Педагог.общество России, 2005, 64с1 . Б.И. Загородский, И.П. Залетаев «Физическая культура в школе», Высшая школа 2003г.
12. Ю.Д. Железняк «Юный волейболист», учебное пособие для тренеров М. «Физкультура и спорт» 2008г.
13. Научно-методический журнал «Физкультура в школе» М. №3 2012г. «Подводящие упражнения в волейболе».
14. Научно-методический журнал «Физкультура в школе» М. №4 2012г. «Школа мяча».
15. Научно-методический журнал «Физкультура в школе» М. №6 2013г «На уроках по волейболу».
16. Научно-методический журнал «Физкультура в школе» М. №5 2013г. «Круговая тренировка по волейболу».
17. Научно-исследовательский журнал по педагогике. М. 2013г.

Список литературы для учащихся

1. Волейбол. Тестовые задания по изучению правил соревнований. – Омск: СибГАФК, 2002;
2. Клещёв Ю.Н, Фурманов Н.Г. Юный волейболист. Москва. «ФиС».
3. Ю.Д. Железняк «Юный волейболист», учебное пособие для тренеров М. «Физкультура и спорт» 20018г.

Интернет -ресурсы:

<http://www.fizkulturavshkole.ru/>

<http://fizkultura-na5.ru/>

<http://fizkulturnica.ru/>

<http://www.iron-health.ru/programmy-trenirovok/metodika-razvitiya-vzryvnoj-sily-nog.html>

<http://vuzirossii.ru/>

<http://ds31.centerstart.ru/>

ЛИСТ РЕФЛЕКСИИ

Проанализируйте результаты проекта, выполните рефлекссию, ответив на следующие вопросы:

1. Что нового вы узнали при изучении данного курса?
2. Как изменились ли ваши представления о спортивных играх, в чем именно?
3. Удавалось ли вам достичь той или иной цели во время занятий ?
4. Удачно ли была выбрана тема курса?
5. Рационально ли вы использовали свои возможности?
6. Достаточно ли было времени для занятий?
7. Какие знания и умения вы приобрели в процессе занятий?
8. Какие свои способности развивали?
9. Что вы чувствовали при изучении данного курса и выполнении предложенных заданий?
10. С какими трудностями столкнулись при выполнении заданий?
11. Что бы вы дополнительно хотели изучить по этой теме?
12. Где и зачем в будущем вам может пригодиться приобретенный опыт?

Оцени совместную работу группы, работавшей над проектом

1. Был ли должный психологический комфорт в группе?
2. Каков был характер общения между участниками проекта?
3. Хотели бы вы поменять состав своей группы?
4. Все ли участники были достаточно активны?
5. Все ли смогли проявить свои способности?
6. Удовлетворены ли вы своей работой в группе?
7. Напишите 5 положительных моментов, которые вы получили в группе, и 5 недочетов, на которые вы обратили внимание:

