

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Поршурская средняя общеобразовательная школа»

Принято на заседании  
педагогического совета  
Протокол №8 от «28» августа 2023 г.

Утверждено: приказ №229  
от «30» августа 2023 г.  
Директор: \_\_\_\_\_ Е.В.Ветошкина

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«ОЛИМПИК»

3-4 классы

Срок реализации программы: 9 месяцев

Составитель: Семенов Владимир  
Николаевич

## Пояснительная записка

Настоящая рабочая программа «Олимпик» составлена в соответствии с:

- ФЗ-273 «Об образовании в РФ» п. 9, ст. 2; п. 14, ст. 2; п. 22, ст. 2.
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03 сентября 2019 года № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации 22 сентября 2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказом Министерства образования и науки Удмуртской Республики от 23 июня 2020 года № 699 «Об утверждении целевой модели развития системы дополнительного образования детей в Удмуртской Республике».
- Рабочей программой воспитания МОУ «Поршурская СОШ»

Программа «Олимпик» строится на принципах личностно-ориентированной, личностно-развивающей педагогики, которая определяет повышение внимания к культуре физического развития, ориентации физкультурно-спортивной деятельности на решение задач развития культуры движения, физическое воспитание.

Важное значение в освоении программы уделено играм и игровым заданиям как простейшей форме физкультурно-спортивной деятельности. В программе используются сюжетные и импровизационно-творческие подвижные игры, рефлексивно-метафорические игры, игры на основе интеграции интеллектуального и двигательного компонентов. Игры повышают интерес к занятиям физической культурой, а также содействуют духовно-нравственному воспитанию обучающихся. Для ознакомления с видами спорта в программе используются спортивные эстафеты, спортивные упражнения и спортивные игровые задания. Содержание программы обеспечивает достаточный объем практико-ориентированных знаний и умений.

*Направленность программы.* Кружок направлен на передачу школьникам социально-значимых знаний, развивающие их любознательность, позволяющие привлечь их внимание к спортивно-оздоровительной деятельности.

- к знаниям как интеллектуальному ресурсу, обеспечивающему будущее человека, как результату кропотливого, но увлекательного учебного труда;

- к культуре как духовному богатству общества и важному условию ощущения человеком полноты проживаемой жизни, которое дают ему чтение, музыка, искусство, театр, творческое самовыражение;

- к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир и т.д.

-Методическими рекомендациями по разработке и оформлению дополнительных общеразвивающих программ

-Уставом муниципального общеобразовательного учреждения «Поршурская СОШ»

-Положением о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе педагога дополнительного образования МОУ «Поршурская СОШ»

*Приоритетное направление: физкультурно-спортивная*

*Актуальность программы*

Образовательная программа «Олимпик» имеет физкультурно-спортивную направленность, по уровню освоения программа углублённая, т.е. предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья.

*Новизна и оригинальность* программы «Олимпик» в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этими видами спорта, предъявляя повышенные требования в процессе обучения. Она дает возможность заниматься спортивными играми с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «баскетбол», «волейбол», «футбол» в школе, а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми.

*Новизна.* Наиболее интересными и физически разносторонними являются игры, в которых развиваются все необходимые для здорового образа жизни качества (выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.), а также формируются личные качества ребенка (общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде).

*Адресат программы.* В условиях небольшого школьного зала посредством игр достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности определенной группы, охватывая на начальном этапе до 18 человек для 3-4 классов.

*Актуальность программы* – в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей.

*Объем программы.* Программа рассчитана на 102 часа из расчета 3 часа в неделю. Программа предусматривает проведение теоретических и практических учебно-тренировочных занятий. Планирование всей учебно-тренировочной работы осуществляется с учетом возрастных особенностей занимающихся и их физической подготовленности. Теоретическая часть содержания программы проводится в начале занятий от 5 до 10 минут. Особое внимание на занятиях отводится общей физической подготовке. В реализации программы принимают участие учащиеся 3-4 класса в возрасте 9-10 лет.

*Цель:* Формировать и развивать полноценное физическое развитие, укреплять здоровье школьников посредством приобщения к регулярным занятиям спортивных игр, воспитание личности в ребенке.

*Задачи:*

- Познакомить учащихся с интереснейшими видами спорта спортивных игр, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;
- Способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закалять организм;

- Прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика		
<b>1</b>	<b>Раздел 1. «Баскетбол»</b>	<b>47</b>	<b>2</b>	<b>1</b>		
1.1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Перемещения баскетболиста.	6	1	5	Беседа, инструктаж	Беседа с элементами опроса
1.2.	Ведение мяча правой и левой руками. Передачи мяча в парах на месте и в движении. Игра «Мяч капитану».	28	2	26	Лекция, беседа, групповая работа	Беседа с элементами опроса
1.3	Штрафной бросок мяча, правила игры в «Мини-Баскетбол».	5	1	4	Беседа, работа в колоннах по одному	Опрос правил игры
1.4	Комплекс и комбинации упражнений из элементов баскетбола.	7		7	Работа в группах, в парах	Качество выполненных элементов
1.5	Специальная физическая подготовка. Соревнования, игры	1		1	Работа в группах	Судейство, контроль качества игры
<b>2</b>	<b>Раздел 2. «Волейбол»</b>	<b>40</b>	<b>1</b>	<b>2</b>		
2.1.	Перемещения волейболиста. Передачи мяча нижним приемом. Правила игры «Волейбол». Многократные передачи мяча над собой.	30	2	28	Беседа, работа с документами, моделирование ситуаций	Опрос, решение практических ситуаций
2.2.	Специальная физическая подготовка.	4		4	Практическая групповая и индивидуальная работа	Качество выполненных элементов

2.3	Комплекс: передачи, подачи и прием мяча через сетку.	3		3	Работа в парах, в командах	Работа в группах, командах
2.3.	Нападающий удар, прием мяча.	3		3	Работа в парах, в командах	Работа в группах, командах
<b>3</b>	<b>Раздел 3. «Мини-футбол»</b>	<b>13</b>	<b>2</b>	<b>1</b>		
3.1.	Перемещение футболиста. Обводка фишек с ударами мяча по воротам. Игра «Мини-футбол».	6	1	5	Беседа, индивидуальная работа	Беседа с элементами опроса
3.2.	Специальная физическая подготовка. ОФП. Игра «Мини-футбол».	4		4	Работа в группах	Опрос, работа групп
3.3.	Комбинация: трое против двух защитников.	3	1	2	Демонстрация. Работа в группах.	Опрос

### *Содержание программы*

*Знания о физической культуре и спорте.*

*Физическая культура и спорт.* Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, спортивные и подвижные игры, плавание как жизненно важные способы развития человека.

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

*Из истории физической культуры.* История развития физической культуры и первых соревнований. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью. Олимпийские игры древности и современности. Достижения отечественных и зарубежных спортсменов на олимпийских играх.

*Физические упражнения.* Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.

Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

*Способы физкультурной деятельности*

*Самостоятельные занятия.* Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

*Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью.* Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

*Самостоятельные игры и развлечения.* Организация , правила, проведение подвижных игр (на спортивных площадках и спортивных залах).

*Физическое совершенствование*

*Физкультурно-оздоровительная деятельность.* Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

*Придерживаться Стандарта начального дополнительного образования по физической культуре на материале спортивных игр: командные и групповые упражнения с мячом*

*Баскетбол-* ведение мяча шагом и в движении; броски мяча в корзину; передачи мяча на расстоянии, остановки с мячом, подвижные игры на материале мини-баскетбола.

*Волейбол:* мяча; подача мяча нижним приемом; прием и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

*Мини-футбол:* передачи мяча на месте и в движении, обводка фишек, удары по воротам.

Требования к уровню подготовки оканчивающие начального общего образования : - осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх, выполнять специальные упражнения, направленные на закрепление элементов техники футбола(мини-футбола), *Мини-баскетбола, мини-волейбола , мини-футбол.*

<b>Содержание курса</b>	<b>Формы организации учебных занятий</b>	<b>Вид деятельности</b>
Техника безопасности. Бег из разных положений.	Текущее занятие	Знать: технику безопасности, уметь: максимально ускориться
Подачи мяча	Текущее занятие	Уметь: с координироваться
Удары по воротам	Текущее занятие	Уметь: точно выполнить удар по воротам
Передачи мяча в парах, на месте и в движении.	Текущее занятие	Уметь: точно выполнить передачу мяча
Прием, передача и нападающий удар	Текущее занятие	Уметь: выполнить комплекс упражнений
Общая физическая подготовка	Текущее занятие	Уметь: выполнить упражнения на выносливость
Двухсторонняя игра «Мини-футбол»	Соревнование	Знать правила игры
Ведение мяча	Текущее занятие	Уметь: ведение мяча и левой и правой руками
Передачи мяча на месте и в движении	Текущее занятие	Уметь: Точно выполнить передачу мяча на расстоянии
Броски мяча в кольцо	Текущее занятие	Уметь: точно выполнить бросок в кольцо
Передвижения баскетболиста, остановка с броском мяча в кольцо.	Текущее занятие	Уметь: перемещаться по площадке, остановиться и выполнить бросок
Комплекс упражнений из элементов баскетбола.	Текущее занятие	Уметь: выполнить комплекс
Двухсторонняя игра «Мини-баскетбол»	Соревнование	Знать правила игры

*Планируемые результаты освоения программы*

В соответствии с требованиями к результатам освоения образовательной программы дополнительного образования данная рабочая программа разработана для 3-4-ых классов и направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов дополнительного образования.

#### *Личностные УУД*

- Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности
- Формирование и развитие в личности физических психических и социальных качеств.
- Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего
- Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости понимания и сопереживания чувствам других людей
- Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
- Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
- Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
- Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

#### *Метапредметные УУД*

- Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления
- Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата
- Определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, активно оценивать собственное поведение и поведение окружающих
- Готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества
- Овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета
- Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами

#### *Предметные УУД*

- Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального, психического) о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации
- Овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.)

Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)

*Календарный учебный график*

№	Наименование темы	Количество часов	Месяц проведения
	Теоретическая часть		
1	Вводное занятие. Физическая культура и спорт в России.	6	(сентябрь)
2	Гигиена спортсмена и врачебный контроль.	3	(сентябрь, январь)
3	Влияние физических упражнений на организм занимающихся.	3	(октябрь)
4	Техника безопасности на спортивных играх..	9	(сентябрь)
5	Спортивный инвентарь. Мячи.	2	(ноябрь)
6	Краткая характеристика игры волейбол.	3	(январь)
7	Правила проведения соревнований по баскетболу.	6	(декабрь)
	ИТОГО	32	
	Практическая часть		
1	Общая физическая подготовка.	25	сентябрь- май
2	Специальная физическая подготовка.	25	октябрь - апрель
3	Изучение техники и тактики баскетбола.	6	(октябрь, ноябрь, март, май)
4	Контрольные упражнения и соревнования.	4	(декабрь, март, май)
5	Инструкторская и судейская практика.	10	(сентябрь. октябрь, январь, апрель)
	ИТОГО	70	
	ВСЕГО	102	

*Тематическое планирование*

№	Тема	Количество часов.	Электронные цифровые образовательные ресурсы
1-2	Техника безопасности. Ведение мяча правой и левой руками. Игра «Мяч капитану».	2	<a href="https://basketbol-v-shkole">https://basketbol-v-shkole</a>
3-4	Ведение мяча правой и левой руками. Игра «Мяч капитану».	2	<a href="https://basketbol-v-shkole">https://basketbol-v-shkole</a>
5	Передачи мяча на месте и в движении. Правила игры в «Баскетбол».	1	<a href="https://basketbol-v-shkole">https://basketbol-v-shkole</a>
6	Передачи мяча на месте и в движении. Правила игры в «Баскетбол».	1	<a href="https://basketbol-v-shkole">https://basketbol-v-shkole</a>
7	Стартовые рывки в отрыв к кольцу.	1	<a href="https://basketbol-v-shkole">https://basketbol-v-shkole</a>



8	Стартовые рывки в отрыв к кольцу.	1	<a href="https://basketbol-v-shkole">https://basketbol-v-shkole</a>
9-10	Передвижения баскетболиста, остановка с броском мяча в кольцо.	2	<a href="https://basketbol-v-shkole">https://basketbol-v-shkole</a>
11-12	Передвижения баскетболиста, остановка с броском мяча в кольцо.	2	<a href="https://basketbol-v-shkole">https://basketbol-v-shkole</a>
13	Передвижения баскетболиста, остановка с броском мяча в кольцо.	1	<a href="https://basketbol-v-shkole">https://basketbol-v-shkole</a>
14-15	Штрафной бросок мяча, правила игры в «Мини-Баскетбол».	2	<a href="https://basketbol-v-shkole">https://basketbol-v-shkole</a>
16-17	Штрафной бросок мяча, правила игры в «Мини-Баскетбол».	2	<a href="https://basketbol-v-shkole">https://basketbol-v-shkole</a>
18	Штрафной бросок мяча, правила игры в «Мини-Баскетбол».	1	<a href="https://basketbol-v-shkole">https://basketbol-v-shkole</a>
19-20	Комплекс упражнений из элементов баскетбола.	2	<a href="https://basketbol-v-shkole">https://basketbol-v-shkole</a>
21-22	Комплекс упражнений из элементов баскетбола.	2	<a href="https://basketbol-v-shkole">https://basketbol-v-shkole</a>
23	Комплекс упражнений из элементов баскетбола.	1	<a href="https://basketbol-v-shkole">https://basketbol-v-shkole</a>
24-25	Общая физическая подготовка. Правила игры в «Баскетбол».	2	<a href="https://basketbol-v-shkole">https://basketbol-v-shkole</a>
26-27	Общая физическая подготовка. Правила игры в «Баскетбол».	2	<a href="https://basketbol-v-shkole">https://basketbol-v-shkole</a>
28	Соревновательный день. Игра «Десять передач».	1	<a href="https://basketbol-na-urokah">https://basketbol-na-urokah</a>
29	Контрольные упражнения. Игра «Мяч капитану»	1	<a href="https://basketbol-na-urokah">https://basketbol-na-urokah</a>
30-31	Штрафной бросок мяча, правила игры в «Баскетбол».	2	<a href="https://basketbol-na-urokah">https://basketbol-na-urokah</a>
32-33	Штрафной бросок мяча, правила игры в «Баскетбол».	2	<a href="https://basketbol-na-urokah">https://basketbol-na-urokah</a>
34	Штрафной бросок мяча, правила игры в «Баскетбол».	1	<a href="https://basketbol-na-urokah">https://basketbol-na-urokah</a>
35-36	Ведение мяча с изменением направления и скорости, с броском в кольцо.	2	<a href="https://basketbol-na-urokah">https://basketbol-na-urokah</a>
37-38	Ведение мяча с изменением направления и скорости, с броском в кольцо.	2	<a href="https://basketbol-na-urokah">https://basketbol-na-urokah</a>
39	Специальная физическая подготовка.	1	<a href="https://basketbol-na-urokah">https://basketbol-na-urokah</a>
40-41	Комбинация: отбор, отрыв и бросок мяча в кольцо.	2	<a href="https://basketbol-na-urokah">https://basketbol-na-urokah</a>
42-43	Комбинация: отбор, отрыв и бросок мяча в кольцо.	2	<a href="https://basketbol-na-urokah">https://basketbol-na-urokah</a>
44	Комбинация: отбор, отрыв и бросок мяча в кольцо.	1	<a href="https://basketbol-na-urokah">https://basketbol-na-urokah</a>
45	Контрольные упражнения. Игра «Мини-Баскетбол».	1	<a href="https://basketbol-na-urokah">https://basketbol-na-urokah</a>
46	Подвижные игры.	1	<a href="https://podviznejigri/ru">https://podviznejigri/ru</a>
47	Двухсторонняя игра «Баскетбол».	1	<a href="https://podviznej">https://podviznej</a>

			igri/ru
48-49	Техника безопасности на волейболе. Перемещения волейболиста.	2	<a href="https://volejbol-na-urokah">https://volejbol-na-urokah</a>
50-51	Перемещения волейболиста. Правила игры «Волейбол».	2	<a href="https://volejbol-na-urokah">https://volejbol-na-urokah</a>
52-53	Передачи мяча нижним приемом в парах	2	<a href="https://volejbol-na-urokah">https://volejbol-na-urokah</a>
54-55	Передачи мяча нижним приемом в парах	2	<a href="https://volejbol-na-urokah">https://volejbol-na-urokah</a>
56-57	Многократные передачи мяча над собой. Судейская практика.	2	<a href="https://volejbol-na-urokah">https://volejbol-na-urokah</a>
58-59	Многократные передачи мяча над собой.	2	<a href="https://volejbol-na-urokah">https://volejbol-na-urokah</a>
60-61	Общая физическая подготовка. Правила игры в «волейбол».	2	<a href="https://volejbol-na-urokah">https://volejbol-na-urokah</a>
62-63	Общая физическая подготовка. Правила игры в «Волейбол».	2	<a href="https://volejbol-na-urokah">https://volejbol-na-urokah</a>
64-65	Передачи мяча «нижним приемом» в парах через сетку.	2	<a href="https://volejbol-na-urokah">https://volejbol-na-urokah</a>
66-67	Передачи мяча «нижним приемом» в парах через сетку.	2	<a href="https://volejbol-na-urokah">https://volejbol-na-urokah</a>
68-69	Нижняя и верхняя прямые подачи мяча.	2	<a href="https://volejbol-na-urokah">https://volejbol-na-urokah</a>
70-71	Нижняя и верхняя прямые подачи мяча.	2	<a href="https://volejbol-na-urokah">https://volejbol-na-urokah</a>
72-73	Прием мяча после подачи. Игра «Мини-волейбол».	2	<a href="https://volejbol-na-urokah">https://volejbol-na-urokah</a>
74	Прием мяча после подачи. Игра «Мини-волейбол».	1	<a href="https://volejbol-na-urokah">https://volejbol-na-urokah</a>
75	Передачи мяча по номерам. Игра «Пионербол».	1	<a href="https://volejbol-na-urokah">https://volejbol-na-urokah</a>
76	Передачи мяча по номерам. Игра «Пионербол».	1	<a href="https://volejbol-na-urokah">https://volejbol-na-urokah</a>
77-78	Специальная физическая подготовка.	2	<a href="https://volejbol-na-urokah">https://volejbol-na-urokah</a>
79-80	Специальная физическая подготовка.	2	<a href="https://volejbol-na-urokah">https://volejbol-na-urokah</a>
81-82	Нападающий удар, прием мяча.	2	<a href="https://volejbol-na-urokah">https://volejbol-na-urokah</a>
83	Нападающий удар, прием мяча.	1	<a href="https://volejbol-na-urokah">https://volejbol-na-urokah</a>
84-85	Комплекс: передачи, подачи и прием мяча через сетку.	2	<a href="https://volejbol-na-urokah">https://volejbol-na-urokah</a>
86	Комплекс: передачи, подачи и прием мяча через сетку.	1	<a href="https://volejbol-na-urokah">https://volejbol-na-urokah</a>
87	Подвижные игры. Правила игры «Волейбол».	1	<a href="https://volejbol-na-urokah">https://volejbol-na-urokah</a>
88	Двухсторонняя игра «Волейбол».	1	<a href="https://podviznejigri/ru">https://podviznejigri/ru</a>
89-90	Техника безопасности на футболе. Перемещения футболиста.	2	<a href="https://futbol-na-urokah">https://futbol-na-urokah</a>

91	Перемещения футболиста. Правила игры «Футбол».	1	<a href="https://futbol-naurokah">https://futbol-naurokah</a>
92	Обводка фишек с ударами мяча по воротам. Игра «Мини-футбол».	1	<a href="https://futbol-naurokah">https://futbol-naurokah</a>
93	Обводка фишек с ударами мяча по воротам. Игра «Мини-футбол».	1	<a href="https://futbol-naurokah">https://futbol-naurokah</a>
94	ОФП, удары мяча по воротам с разных точек. Игра «Мини-футбол».	1	<a href="https://futbol-naurokah">https://futbol-naurokah</a>
95	ОФП, удары мяча по воротам с разных точек. Игра «Мини-футбол».	1	<a href="https://futbol-naurokah">https://futbol-naurokah</a>
96	Комбинация: трое против двух защитников.	1	<a href="https://futbol-naurokah">https://futbol-naurokah</a>
97	Комбинация: трое против двух защитников.	1	<a href="https://futbol-naurokah">https://futbol-naurokah</a>
98	Специальная физическая подготовка. Игра «Мини-футбол».	1	<a href="https://futbol-naurokah">https://futbol-naurokah</a>
99	Специальная физическая подготовка. Игра «Мини-футбол».	1	<a href="https://futbol-naurokah">https://futbol-naurokah</a>
100	Защита, отрыв в атаку. Судейская практика.	1	<a href="https://futbol-naurokah">https://futbol-naurokah</a>
101	Соревновательный день.	1	<a href="https://podviznejigri.ru">https://podviznejigri.ru</a>
102	Подведение итогов. Подвижные игры.	1	<a href="https://podviznejigri.ru">https://podviznejigri.ru</a>

### *Модуль «Урочная деятельность»*

Реализация школьными педагогами воспитательного потенциала урока предполагает следующее:

- установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности;
- побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;
- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;
- применение на уроке интерактивных форм работы учащихся;
- интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников; дидактического театра, где полученные на уроке знания обыгрываются в театральных постановках; дискуссий, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения

конструктивного диалога ;групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми;

- включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;
- организация шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;
- инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст школьникам возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.

### *Условия реализации программы*

Для реализации программы необходимо *материально-техническое обеспечение*: спортивный зал, музыкальная аппаратура, компьютер, мультимедийный проектор, экран, баскетбольные, волейбольные и футбольные мячи и прочий спортивный инвентарь. Обеспечение программы методическими видами продукции: теоретический материал, буклеты, книги, журналы, электронные материалы, учебные образовательные и воспитательные фильмы, презентации.

Для занятий необходимо следующее оборудование и инвентарь:

- Щиты с кольцами - 2 комплекта.
- Стойки для обводки - 6 шт.
- Гимнастическая маты -10 шт.
- Сетка волейбольная - 1 шт.
- Гимнастические маты - 12 шт.
- Скакалки - 20 шт.
- Мячи баскетбольные,волейбольные,футбольные - 20 шт.
- Футбольные ворота – 2 шт.

### *Формы аттестации*

Программа предусматривает промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей. Промежуточная аттестация проводится в виде текущего контроля в течение всего учебного года. Она предусматривает 3 раза в год зачетное занятие по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных

упражнений. Основным способом фиксации результатов является дневник достижений учащихся;

*Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:*

- участие в соревнованиях;

- портфолио учащихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная

Форма контроля: наблюдение за техникой и тактикой, дозировкой

Методическое обеспечение программы

1. Твой олимпийский учебник: Учебн. Пособие для учреждений образования России.-15-е издание. В.С.Родиченко и др.-М, ФиС 2005.144 с.

2. Ограничусь баскетболом. Т.С.Пинчук.-М. Физкультура и спорт, 1991.-224 с.

3. Гомельский А.Я. Центровые. М.:Физкультура и спорт. 1988.207 с.

4. Организация работы спортивных секции в школе: программы и рекомендации/ авт.-сост. А.Н. Каинов. – Волгоград: Учитель 2010.

5. Баландин Г.А. Урок физкультуры в современной школе.

6. Г.А. Баландин, Н.Н. Назарова, Т.Н. Казакова. – М.: Советский

7. Лях В.И. «Физическая культура». Учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы. Москва «Просвещение», 2012 год

8. Лях В.И «Рабочие программы. Физическая культура», 1-4 классы, Пособие для учителей общеобразовательных учреждений, Москва «Просвещение», 2011 год

#### Оценочный материал

##### Контрольно-измерительные материалы

Система формы контроля уровня достижений учащихся и критерии оценки умения и навыки проверяются во время участия учащихся в межшкольных соревнованиях, в организации и проведении судейства внутри школьных соревнований. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке проводится 3 раза в год (ноябрь, февраль, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы. Система диагностики - тестирование физических и технических качеств:

##### Нормативы технической подготовки

Оценка	Штрафные броски	Броски с дистанции	Скоростная техника	Передачи мяча в стену на время
5	6	7	20	18
4	4	5	23	16

3	2	3	25	12
---	---	---	----	----

Штрафные броски выполняются последовательно по 2 броска в каждое кольцо. После первого броска мяч подает игроку его партнер, после второго броска игрок сам подбирает мяч, ведет его к противоположному кольцу и там выполняет 2 броска в той же последовательности. Упражнение выполняется 5 минут (20 бросков).

Броски с дистанции выполняются последовательно от десяти равно удаленных точек, по 2 броска с каждой точки. Точки располагаются симметрично по обе стороны щита на линии, параллельно лицевой, а также проходят через проекцию центра кольца и по линиям под углами 45° и 90° к щиту. Считается число попаданий.

Скоростная техника. При выполнении обводки 3-секундной зоны игроку необходимо обязательно попасть в кольцо; если мяч не попал в кольцо, следует выполнить дополнительные броски до тех пор, пока он не попадет в кольцо. Секундомер останавливается после того, как игрок выполнит упражнения в обратную сторону (левой рукой) и мяч попадет в кольцо. При выполнении ведения следует соблюдать правила игры.

Передача мяча в стену на скорость. Встать на расстоянии 2-3 метра от стены лицом к ней и выполнять передачи мяча двумя руками от груди в стену в течение 20 секунд, стараясь сделать как можно больше передач.

#### Нормативы общефизической подготовки обучения

Оценка	Прыжок в длину с места	Челночный бег 3 по 10 м	Бег 30 м	Бег 1000 м
5	164	6.2	6.0	4.50
4	150	6.5	6.4	5.00
3	135	6.7	6.8 и ниже	5.30

Норматив «челночный бег» проводится на баскетбольной площадке. Старт и финиш - с лицевой линии. Спортсмен бежит до линии штрафного броска и возвращается обратно; затем он бежит до центральной линии и возвращается до линии штрафного броска; далее бежит до противоположной линии штрафного броска и возвращается к месту старта.

Проверка знаний правил судейства осуществляется путем привлечения учащихся к судейству внутри школьных соревнований в качестве судей в поле, судей на протоколе.

Участие в соревнованиях. Учащиеся принимают участие не менее чем в трех соревнованиях в год.

По окончании прохождения программы учащиеся должны иметь представление организации и проведения соревнований по баскетболу, волейболу и мини-футболу.

#### Список литературы.

1. Твой олимпийский учебник: Учебн. Пособие для учреждений образования России.-15-е издание. В.С.Родиченко и др.-М, ФиС 2005.144 с.
2. Ограничусь баскетболом. Т.С.Пинчук.-М. Физкультура и спорт, 1991.-224 с.
3. Гомельский А.Я. Центровые. М.:Физкультура и спорт. 1988.207 с.
4. Организация работы спортивных секции в школе: программы и рекомендации/ авт.-сост.

- А.Н. Каинов. – Волгоград: Учитель 2010.
5. Баландин Г.А. Урок физкультуры в современной школе.
  6. Г.А. Баландин, Н.Н. Назарова, Т.Н. Казакова. – М.: Советский спорт, 2007.
  7. Ковалько В.И. Индивидуальная тренировка
  8. Кузнецов В.С. Упражнения и игры с мячом, 2009.
  9. Мини – баскетбол в школе. Ю.Ф. Буйлин
  10. Воспитание физических качеств (метод пособие) 2004 год.

#### *Рабочая программа воспитания*

*1. Характеристика творческого объединения:* к 10 годам ребенок, накопив в своем сознании определенный запас знаний, вступает в полосу завершения формирования своего пика начальной физкультурно-спортивной деятельности. Активное применение знаний и умений (в играх, упражнениях, соревнованиях) способствует не только проверке, но и закреплению полученных знаний. При использовании ситуаций в играх: баскетбол, волейбол, мини-футбол создаются такие условия, которые заставляют учащихся напряженно трудиться. Ведь именно в процессе преодоления трудностей возникает осознание, и чем сложнее будет ситуация, тем выше будет результат. Моделирование спортивных ситуаций в игре, предусмотренных программой, служит важным звеном воплощения позитивного поведения учащегося.

*Цель* – установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности;

*Задачи кружка:*

1. Воспитать социально активных и законопослушных граждан
2. Сформировать уважительное отношение к учителю, старшему поколению
3. Выработать у учащихся собственные представления и установки, основанные на современных ценностях, необходимые для интересов личности и реализации их в жизнедеятельности..
4. Вырабатывать свои знания и умение, и реализовывать их как навык физических качеств.
5. Занимаясь в кружке, обучающиеся имеют возможность для получения и развития разнообразных практических навыков, самоорганизации и самоуправления, общественной активности и дисциплины.

*Планируемые результаты воспитательной работы:*

Знать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения,

Уметь развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья,

Обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья

Обучение и технике и тактике играм в баскетбол, волейбол, мини-футбол

Формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям баскетболом

Развитие физических способностей (силовых, скоростных, координационных, выносливости, гибкости)

Воспитание моральных и волевых качеств.

3. *Работа с коллективом учащихся:* в рамках реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы происходит сплочение детского коллектива через участие в играх, спортивно-оздоровительных мероприятиях, соревнованиях .

4. *Работа с родителями (в рамках реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы)*

Взаимодействие с родителями строится на основе взаимопонимания и взаимоуважения всех участников образовательного процесса.

Формы взаимодействия с родителями: родительское собрание, информационный стенд, консультация для родителей.

#### *Календарный план воспитательной работы*

	Мероприятие	Воспитательные задачи, решаемые в ходе мероприятия	Срок проведения	Примечание
1	Соревнование «Баскетбол»	Воспитание у учеников чувство дружбы, коллективизма, патриотизма.  Вырабатывать трудолюбие , честность, усердие.	ноябрь	
2	Соревнование по мини-волейболу	- формирование у обучающихся готовности к труду; - воспитание качеств, способностей для дальнейшей профессиональной деятельности	март	
3	Соревнование по мини-футболу	- воспитание чувства гражданственности, ответственности за свои	май	



		поступки; - воспитание уважения Устава своей школы, знания судейства		
--	--	---	--	--