

Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ физкультурно-спортивной направленности, построенных по модульному принципу

1. Общие положения

1.1. Настоящие методические рекомендации разработаны в рамках реализации постановления Правительства Самарской области от 29.10.2018 № 616 «О реализации в Самарской области в 2019 году мероприятий по формированию современных управленческих и организационно-экономических механизмов в системе дополнительного образования детей, в том числе по внедрению целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» в соответствии с распоряжением Правительства Самарской области от 09.08. 2019 № 748-р «О внедрении модели функционирования системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе сертификатов персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам», в целях обеспечения единства принципов организации системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области при проведении экспертизы (добровольной сертификации) дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ на предмет выполнения условий для их включения в реестр образовательных программ в соответствии с Разделом V. Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области (ПФДО) на основе сертификата персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным

общеобразовательным программам (утверждены приказом министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019 № 262-од).

Методические рекомендации адресованы педагогам-разработчикам дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ физкультурно-спортивной направленности, включенных в систему ПФДО; руководителям образовательных организаций, утверждающим данные программы; экспертам, определяющим их качество.

Методические рекомендации не являются нормативным актом, но рекомендуются к использованию при разработке и оценке качества дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы физкультурно-спортивной направленности, построенной по модульному принципу.

1.2. Нормативными основаниями для разработки данных методических рекомендаций являются:

– Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273);

– Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. №996-р);

– Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

– Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

– Приказ министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019г. № 262-од «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе сертификата персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам»;

– Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных (общеразвивающих) программ» (включая разноуровневые программы);

– Письмо министерства образования и науки Самарской области от 3 сентября 2015 г. № МО -16-09-01/826-ТУ «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ»;

– Письмо министерства образования и науки Самарской области от 30 марта 2020 г. № МО-16.09.01/434-ТУ «Методические рекомендации по подготовке к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО».

1.3. Организации, реализующие дополнительные общеобразовательные (общеразвивающие) программы физкультурно-спортивной направленности

Дополнительное образование физкультурно-спортивной направленности в системе образования осуществляется в следующих образовательных организациях, реализующих дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы:

- дошкольные образовательные организации;
- общеобразовательные организации;
- СП общеобразовательных организаций;
- организации дополнительного образования с наименованием:
 - детско-юношеские спортивные школы (ДЮСШ);

- детские оздоровительно-образовательные центры (ДООЦ);
- детско-юношеские клубы физической подготовки (ДЮКФП);
- центры дополнительного образования детей, реализующие дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности;
 - дворцы и дома детского (юношеского) творчества, реализующие дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности.
 - иные организации, в составе которых имеются специализированные образовательные структурные подразделения, предметом деятельности которых является реализация дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ физкультурно-спортивной направленности.

1.3.1. Организации, осуществляющие образовательную деятельность, реализуют дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности, в течение всего календарного года, включая каникулярное время. (Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»). Возможность их реализации в образовательных организациях определяется государственным (муниципальным) заданием и утвержденным Учредителем планом финансово-хозяйственной деятельности (ФХД) согласно нормативу финансирования государственной (муниципальной) услуги.

Организации, осуществляющие образовательную деятельность, ежегодно обновляют дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности с учетом развития науки, техники, культуры, экономики, технологий и социальной сферы. (Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления

образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»).

Дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности рассматриваются и рекомендуются к реализации органом общественного управления (педагогическим, методическим, тренерским советом) на основании полномочий, определенных локальным актом образовательной организации и утверждаются руководителем образовательной организации (что фиксируется на титульном листе).

Порядок рассмотрения, утверждение программы, ее обновление должно осуществляться в сроки, определенные локальным правовым актом образовательной организации до начала нового учебного года.

Организация образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам относится к полномочиям образовательной организации.

2. Структура дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности, построенной по модульному принципу

2.1. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности, построенная по модульному принципу, имеет следующую структуру:

- Титульный лист
- Пояснительная записка
- Содержание программы
- Ресурсное обеспечение
- Список литературы
- Приложения

2.1.1. На титульном листе перед названием образовательной организации указывается учредитель, ниже указывается наименование

образовательной организации (сверху в центре листа); кем рассмотрена и рекомендована (принята) программа, номер протокола и дата (левый верхний угол лист); где, когда и кем утверждена программа (правый верхний угол); название программы; направленность программы; возраст детей, на которых рассчитана программа; срок реализации программы (в центре листа); ФИО, должность разработчика (-ов) программы (справа на листе); название города, населённого пункта, в котором реализуется программа; год разработки программы (внизу в центре листа).

2.1.2. Пояснительную записку к программе рекомендуется начать с введения (краткой аннотации), в котором дается краткая характеристика предмета или вида деятельности. Далее указывается:

2.1.3. Актуальность программы (необходимо показать, что программа соответствует действующим нормативным актам и государственным программным документам, что в ней представлены современные идеи и актуальные направления развития физической культуры, спорта, образования, что она может удовлетворить социальный заказ со стороны государства, потребность общества и детей конкретного возраста и категории в решении актуальных для них задач).

2.1.4 Направленность программ (физкультурно-спортивная)

2.1.5. Новизна программы (следует провести сравнительный анализ существующих профильных программ и указать принципиальное отличие данной программы от подобных, кратко пояснить, что внес разработчик существенного в содержание, методы и формы реализации при разработке программы).

2.1.6. Педагогическая целесообразность программы (необходимо аргументированно обосновать использование педагогических приемов, форм, средств и методов образовательной деятельности в соответствии с целями и задачами программы).

2.1.7. Цель программы (цель программы - это ее стратегия, фиксирующая желаемый конкретный результат, она должна содержать в себе

воспитательный, развивающий, обучающий аспекты). В данном виде программ цель ставится одна для всех трёх модулей.

2.1.8. Задачи программы (задачи – это конкретные пути достижения цели, они подразделяются на группы: воспитательные (связанные с формированием тех или иных личностных новообразований и качеств обучающихся), развивающие (какие творческие способности, ключевые компетентности могут сформироваться), обучающие (предметные компетенции).

2.1.9. Ожидаемые (прогнозируемые) результаты - это конкретная характеристика знаний, умений, личностных и предметных компетенций, которыми овладеет обучающийся. Планируемые образовательные результаты подразделяются на личностные, метапредметные, предметные. Личностные и метапредметные результаты должны соответствовать целеполаганию программы и фиксироваться один раз в Пояснительной записке программы. Ожидаемые предметные результаты описываются в каждом модуле программы. Они должны быть сформулированы четко и конкретно: перечислены приобретаемые знания, умения.

2.1.10. Возраст детей, участвующих в реализации программы (должны быть охарактеризованы и учтены психолого-возрастные особенности обучающихся, обоснованы принципы формирования групп, количество обучающихся в группе, целевая аудитория (мальчики или девочки, дети без особенностей или с ОВЗ, дети-инвалиды и др.)

2.1.11. Сроки реализации программы и продолжительность образовательного процесса по каждому модулю.

2.1.12. Формы обучения (формы обучения определяются организацией, осуществляющей образовательную деятельность, самостоятельно, если иное не установлено законодательством РФ).

2.1.13. Формы организации деятельности: парная, групповая, индивидуальная, коллективная.

2.1.14. Режим занятий в соответствии с требованиями СанПиН (указываются продолжительность и количество занятий в неделю со всеми вариантами и обоснованием этого выбора, продолжительность учебного часа).

2.1.15. Критерии и способы определения результативности (указываются сроки проведения контроля, виды контроля, средства и методы контроля за результатами обучающихся).

В качестве определения результативности возможно использовать - методы отслеживания результативности: педагогическое наблюдение; педагогический анализ результатов анкетирования, тестирования, зачётов, взаимозачётов, опросов, выполнения обучающимися диагностических заданий, участия в физкультурно-массовых и спортивных мероприятиях, активности обучающихся на занятиях и т.п.).

2.1.16. Формы и средства оценки результативности итогов и эффективности реализации программы:

- продуктивные формы – соревнования, фестивали, конкурсы и т.д.;
- средства – документальные формы подведения итогов реализации программы отражают достижения каждого обучающегося, к ним относятся: дневники достижений обучающихся, карты оценки результатов освоения программы, дневники педагогических наблюдений, портфолио обучающихся и т.д.).

В программе возможно прописать эффект от ее реализации. Эффект – учёт достижений обучающихся в различных видах деятельности в рамках реализации программы (проектная, воспитывающая, соревновательная и т.п.)

2.2. Содержание программы.

Содержание программы описывается в учебном плане как совокупность модулей обучения. Содержание в каждом модуле программы разделов подготовки обучающихся излагается в последовательности, строго соответствующей структуре учебно-тематического плана. Должно быть представлено реферативное описание каждого раздела подготовки

обучающихся согласно учебно-тематическому плану: в теоретической части учебный материал раскрывается тезисно и представляет собой объем информации, которым сможет овладеть обучающийся; в практической - перечисляются виды подготовки (ОФП, СФП, техническая и тактическая подготовки, контрольные испытания) с их кратким описанием практической деятельности детей.

Определяя количество часов учебно-тематического плана необходимо руководствоваться следующими рекомендациями.

2.2.1. Соотношение объёмов образовательной деятельности обучающихся, выраженное в процентах.

Раздел подготовки	в %
Теоретическая подготовка	2-4
Практическая подготовка:	
Общая физическая подготовка	28-30
Специальная физическая подготовка	18-20
Техническая подготовка	18-20
Тактическая подготовка	18-20
Контрольные испытания, аттестация, тестирование, участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях (оценка подготовленности обучающихся).	5-6

2.2.2. Учебный план

Содержание программы описывается в учебном плане как совокупность модулей обучения (расчётное количество часов в неделю на реализацию программ физкультурно-спортивной направленности – 3,5 ч. в соответствии с правилами ПФДО)

№	Наименование модуля	Общее количество часов	Теория	Практика
1.	Модуль №1 «...»	42	2	40
2.	Модуль №2 «...»	42	2	40
3.	Модуль №3 «...»	42	2	40
	ИТОГО	126	6	126

2.2.3. Учебно-тематический план (составляется для каждого модуля).

Учебно-тематический план МОДУЛЯ 1

Раздел подготовки	Недели/часы			
	1	2	3	4
Модуль 1				
1. Теоретическая подготовка				
Тема 1 «...»				
Тема 2 «...»				
Всего часов:				
2. Общая физическая подготовка				
3. Специальная физическая подготовка				
4. Техническая подготовка:				
2.1. Тема «...»				
2.2. Тема «...»				
Всего часов:				
5. Тактическая подготовка:				
5.1. Тема «...»				
5.2. Тема «...»				
Всего часов:				
6. Контрольные испытания, аттестация, тестирование, участие в физкультурных				

мероприятиях и спортивных соревнованиях (оценка подготовленности обучающихся).				
Всего часов:				
Итого часов:				

Учебно-тематический план МОДУЛЯ 2

Раздел подготовки	Недели/часы			
	5	6	7	8
Модуль 2				
1.Теоретическая подготовка				
Тема 1 «...»				
Тема 2 «...»				
Всего часов:				
2. Общая физическая подготовка				
3.Специальная физическая подготовка				
4.Техническая подготовка:				
1.1.Тема «...»				
1.2.Тема «...»				
Всего часов:				
5.Тактическая подготовка:				
5.1. Тема «...»				
5.2. Тема «...»				
Всего часов:				
6.Контрольные испытания, аттестация, тестирование, участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях (оценка подготовленности обучающихся).				

Всего часов:				
Итого часов:				

Учебно-тематический план МОДУЛЯ 3

Раздел подготовки	Недели/часы			
	9	10	11	12
Модуль 3				
1.Теоретическая подготовка				
Тема 1 «...»				
Тема 2 «...»				
Всего часов:				
2. Общая физическая подготовка				
3.Специальная физическая подготовка				
4.Техническая подготовка:				
1.1.Тема «...»				
1.2.Тема «...»				
Всего часов:				
5.Тактическая подготовка:				
5.1. Тема «...»				
5.2. Тема «...»				
Всего часов:				
6.Контрольные испытания, аттестация, тестирование, участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях (оценка подготовленности обучающихся).				
Всего часов:				
Итого часов:				

2.2.4. Разделы подготовки обучающихся:

– Теоретическая подготовка (должна иметь определенную целевую направленность: вырабатывать у обучающихся умение использовать полученные знания на практике в условиях учебно-тренировочных занятий). В данном разделе указывается тема (например: История развития вида спорта; краткие сведения о строении и функциях организма человека; влияние физических упражнений на организм обучающихся; гигиена; закаливание; режим и питание обучающихся);

– В практической - перечисляются виды подготовки (ОФП, СФП, техническая и тактическая подготовки, контрольные испытания) с их кратким описанием практической деятельности детей;

– Общая физическая подготовка (направлена на развитие основных физических качеств и формирование разнообразных двигательных умений и навыков). В данном разделе указывается тема (Развитие силы, ловкости, быстроты, скоростных качеств обучающихся, выносливости, гибкости);

– Специальная физическая подготовка (направлена на развитие специальных физических качеств и совершенствование спортивной техники по виду спорта). В данном разделе указывается тема (комплексное развитие выносливости, характеризующейся общей, скоростной и силовой подготовленностью);

– Техническая подготовка (включает обучение и совершенствование техники обучающихся по избранному виду спорта). В данном разделе указывается тема технической подготовки по виду спорта;

– Тактическая подготовка (изучение тактических задач по виду спорта). В данном разделе указывается тема тактической подготовки по виду спорта;

– Контрольные испытания, аттестация, тестирование, участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях (оценка подготовленности обучающихся).

2.2.4. Календарный план-график

Раздел подготовки	Недели/часы											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Теоретическая подготовка												
Общая физическая подготовка												
Специальная физическая подготовка												
Техническая подготовка												
Тактическая подготовка												
Контрольные испытания, аттестация, тестирование, участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях (оценка подготовленности обучающихся).												

Календарный план-график (отражает содержание программы, раскрывает разделы подготовки обучающихся, составлен в соответствии с заявленными сроками, в каждом модуле оформляется отдельно в форме таблицы, в которой указывается понедельное количество часов по каждому разделу подготовки. В таблице можно указывать количество учебных часов в неделю и количество учебных занятий в неделю).

2.2.5. Ресурсное обеспечение программы

Методическое обеспечение может включать описание перечня:

- Дидактические средства обучения;
- Наглядные средства;
- Электронные образовательные ресурсы (ЭОР);
- Видеоматериалы;

Информационное обеспечение:

Литература для обучающихся должна отвечать требованиям:

- Федеральный Закон № 124 от 27.04.1998 г. « Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» (с изменениями и дополнениями);

- Федеральный Закон от 27.07.2006 № 149 - ФЗ «Об информации, информационных технологиях и о защите информации» (с изменениями и дополнениями);
- Федеральный Закон от 29.12.2010 № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»;
- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Минкомсвязи России от 16.06.2014 № 161 «Об утверждении требований к административным и организационным мерам, техническим и программно-аппаратным средствам защиты детей от информации, причиняющей вред их здоровью и (или) развитию».

Положения данных документов применяются в целях недопущения случаев получения обучающимися информационной продукции, распространение которой запрещено Федеральным законодательством среди лиц, не достигших возраста восемнадцати лет и не объявленных полностью дееспособными.

Указанная литература должна быть в открытом доступе и применяется на учебных занятиях.

Материально-техническое обеспечение:

Спортивное оборудование

Спортивный инвентарь

Кадровое обеспечение

Реализация дополнительной общеобразовательной программы может осуществляться педагогическим работником в соответствии с требованиями Профессионального стандарта Педагогической деятельности в сфере дополнительного образования детей и взрослых.

2.2.6. Список использованной литературы

В данный список включаются информационные источники, которые использовались для разработки данной программы.

Список литературы должен включать документы, всесторонне раскрывающие содержание программы. Список литературы может содержать подразделы:

- список нормативных документов, государственных стандартов и т.п.
- основная литература,
- дополнительная литература.

Перечень литературы составляется последовательно с единой нумерацией. Дополнительная литература от основной отделяется заголовком. Списки литературы должны содержать перечень изданий опубликованных за предыдущие 5 лет:

- по общей педагогике;
- по методике данного вида деятельности;
- по методике воспитания;
- по общей и возрастной психологии;
- по теории и истории выбранного вида деятельности;
- опубликованные учебные, методические и дидактические пособия;
- по методике данного вида деятельности.

Список использованной литературы оформляется строго в соответствии с ГОСТом 71 – 2003.

2.2.7. Приложения

Обязательными являются: «График учебного процесса», «Календарно-тематическое планирование».

Рекомендуемыми являются: иные методические рекомендации по организации образовательного процесса.

Ниже в Приложении к данным методическим рекомендациям представлен образец дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности, построенной на модульном принципе.

ПРИЛОЖЕНИЕ
к Методическим рекомендациям

Наименование учредителя
Наименование учреждения (по Уставу)

Рассмотрена и рекомендована
на педагогическом совете
протокол
№ ___ от _____ 20 ___ г.

Утверждена
приказом № ___ от _____
директор _____
М.П.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности
«Командные спортивные игры»**

Срок реализации программы: 1 год
Возраст обучающихся 7-9 лет

Разработчик программы:
Ф.И.О., должность

г. Самара, 2020

Пояснительная записка

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Командные спортивные игры» составлена в соответствии с приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 года №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» и «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, включая разноуровневые программы» (Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 года № 09-3242), «Методическими рекомендациями по подготовке к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО» (Письмо министерства образования и науки Самарской области от 30 марта 2020 г. № МО-16.09.01/434-ТУ).

В содержание программы вошли современные педагогические практики по воспитанию и выявлению обучающихся, помогающих выделить профессионально ориентированных обучающихся, вариативных методик, способствующих созданию необходимых условий для личностного развития и самоопределения обучающихся, подготовки и поддержки талантливых обучающихся.

Настоящая общеобразовательная общеразвивающая программа «Командные спортивные игры» (далее Программа) — документ, определяющий содержание образовательного процесса в детском объединении дополнительного образования.

Актуальность программы. После прошедшего в нашей стране Чемпионата мира по футболу 2018 года количество желающих заниматься футболом и командно-игровыми видами спорта возросло. Во многих общеобразовательных организациях созданы все условия для занятий данными видами спорта.

Игровые виды спорта и, в частности, мини-футбол, баскетбол, волейбол всегда были востребованы в детской среде.

Это популярные командные игры, способствующие развивать не только комплекс физических способностей и навыков, но и личностные качества, которые позволят детям легко адаптироваться в быстроменяющемся мире. Программа направлена на удовлетворение потребностей детей младшего и среднего школьного возраста качественно обучиться начальным навыкам данных видов спорта, а так же приобрести опыт командного взаимодействия, обрести друзей и единомышленников.

Данная программа составлена на основе принципов:

- демократизации и гуманизации педагогического процесса;
- педагогики сотрудничества, деятельностного подхода;
- интенсификации и оптимизации;
- соблюдения дидактических правил;

- расширения межпредметных связей.

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Новизна программы состоит в том, что она разработана с учётом современных тенденций в образовании и основана на модульном принципе освоения материала, что позволяет более вариативно организовать образовательный процесс, оперативно подстраиваясь под интересы и способности обучающихся.

Педагогическая целесообразность определена тем, что ориентируется на приобщение обучающихся к физической культуре и спорту, применение полученных знаний, умений в повседневной деятельности, улучшение образовательного результата, создание индивидуального творческого продукта. Благодаря систематическим занятиям физической культурой и спортом обучающиеся приобретают общую и специальную физическую подготовку, а развитие специальных физических качеств помогает развить морфофункциональные системы организма обучающихся.

Цель программы: создание условий для физического воспитания и физического развития детей посредством обучения командно-игровым видам спорта.

Задачи программы:

обучающие:

- сформировать элементарные представления в области физической культуры и спорта;
- сформировать элементарные представления в области анатомии, физиологии и гигиены человека;
- создать представления о методике организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом;
- обучить техническим элементам и правилам игры;
- обучить тактическим индивидуальным и командным действиям;
- обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки;

развивающие:

- развить тактические навыки и умения;
- развить физические и специальные качества;
- расширить функциональные возможности организма;

воспитательные:

- сформировать организаторские навыки и умения действовать в команде;
- воспитать чувство ответственности, дисциплинированность;
- воспитать привычку к самостоятельным занятиям избранным видом спорта в свободное время;
- сформировать потребность к ведению здорового образа жизни.

Ожидаемые результаты освоения программы.

По окончании освоения программы обучающийся должен показать следующие результаты:

Личностные	Метапредметные	Предметные
<p>Проявляет</p> <ul style="list-style-type: none"> - чувство дружбы, товарищества, взаимопомощи; - чувство ответственности, уважения, дисциплинированности, активности, самостоятельности, инициативности и творчества; смелость, стойкость, решительность, выдержку, мужество; - культуру здорового и безопасного образа жизни при проведении занятий и в повседневной жизни; - культуру поведения болельщика во время просмотра игр 	<p>Познавательные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> – работа с информацией – сравнивает, анализирует, классифицирует и систематизирует по нескольким основаниям и признакам виды спорта – определяет по схемам и знакам направленность действий игроков команды – определяет по знакам судьи правильность действий игроков команды <p>Коммуникативные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> – умеет слушать и слышать игроков своей команды и судьи – взаимодействует по правилам игры в команде <p>Регулятивные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ставит цель при игре – планирует свою индивидуальную деятельность во время игры – находит и корректирует недочеты и ошибки в игре с помощью педагога - выполнять требования по общей физической подготовке в соответствии с возрастом; - выполнять требования по специальной физической подготовке в соответствии с возрастом; – организует деятельность игроков команды по ОФП с помощью педагога 	<p>Должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - начальные знания истории развития видов спорта в России; - базовые основы здорового образа жизни, гигиены, анатомии и физиологии человека; - причины травматизма и правила безопасности во время занятий; - правила игры командных видов спорта - технические приемы игры - общие правила соревнований по командно-игровым видам спорта; <p>Должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технически правильно выполнять элементы и приемы игры - играть с соблюдением основных правил; - участвовать в соревновательной деятельности

Возраст обучающихся программы: 7-9 лет.

Срок реализации программы. Программа рассчитана на 1 год, 36 учебных недель с сентября по май включительно, 126 учебных часов в год.

Форма обучения – очная.

Форма организации деятельности обучающихся – парная, групповая, индивидуальная.

Основными видами организации занятий являются:

- групповые практические тренировочные занятия;
- групповые теоретические;
- просмотр обучающего видеоконтента;
- контрольные занятия;
- открытые занятия;
- участие в различных спортивно-массовых мероприятиях и соревнованиях.

Режим занятий – два занятия в неделю, 2 и 1,5 академических часа, с предусмотренным перерывом обучения не менее 5-10 минут в группах после каждых 45 минут обучения.

Особенности формирования групп и определения объема недельной нагрузки занимающихся

Направленность	Период подготовки	Мин. наполняемость группы (человек)	Оптимальный (рекомендуемый) количественный состав группы (человек)	Макс. количественный состав группы (человек)	Макс. объем тренировочной нагрузки в неделю в академ. часах
Физкультурно-спортивная	Весь период	10	15-20	до 25	3,5

Наполняемость группы из оптимального количественного состава 15 человек. Группа формируется с учетом возрастных психофизических особенностей развития и индивидуальных возможностей детей. Группы смешанные: девочки и мальчики обучаются вместе.

Группы формируются из вновь зачисляемых в учреждение детей, желающих заниматься физической культурой и спортом, имеющих основную медицинскую группу здоровья и не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой.

Данная программа имеет ознакомительный (начальный) уровень освоения знаний по командно-игровым видам и помогает обучающимся определиться и выбрать наиболее подходящее направление дальнейшей подготовки в мини-футболе, волейболе, баскетболе.

Критерии и способы определения результативности

Оценка теоретической подготовки проводится в формате тестирования или беседы:

уровень «высокий» - обучающийся ответил практически на все вопросы (80-100%), демонстрируя при этом понимание сущности

излагаемого материала, логично и полно раскрывает вопросы, использует примеры из практики;

уровень «средний» - обучающийся ответил на больше половины всех вопросов (70-75 %), в ответах отмечаются небольшие неточности и незначительные ошибки, примеры приводит не совсем точно;

уровень «низкий» (до 50%) - в ответе обучающегося отсутствует логическая последовательность, отмечаются пробелы в теоретическом учебном материале, отмечаются трудности в приведении примеров.

Педагог дополнительного образования самостоятельно разрабатывает содержание тестирования по основам теоретической подготовке, из тем, которые были изучены за весь период обучения.

Оценка практической подготовки на итоговом контроле: уровень по общей физической подготовке, специальной и технико-тактической подготовке определяется на основании контрольных испытаний (таблица в приложении №3).

Формы подведения итогов реализации программы:

- соревнования;
- фестивали;
- открытые и контрольные занятия.

Средства оценки результативности и эффективности реализации программы:

- наблюдения;
- опрос;
- анкетирование;
- контрольный нормативы.

1. Содержание программы

Программа состоит из 3-х модулей: «Мини-футбол», «Волейбол», «Баскетбол».

Учебный план ДООП «Командные спортивные игры»

№ п/п	Наименование модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	«Мини-футбол»	42	4	38
2.	«Волейбол»	42	4	38
3.	«Баскетбол»	42	4	38
	Итого	126	12	114

1. Модуль «Мини-футбол»

Задачи:

Воспитательные

- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в двигательной активности;
- организация досуга средствами физической культуры;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития
- *Развивающие:*
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни средствами мини-футбола;
- приобретение необходимых теоретических знаний по мини-футболу;

Обучающие:

- обучить основным техническим приемам игры в мини-футбол (пас, передача, ведение, удары);
- обучить навыкам пространственной ориентации на площадке;
- обучить основным тактическим действиям нападения и защиты в мини-футболе.

Результаты подготовки обучающихся по модулю:

По окончании освоения модуля программы обучающиеся будут знать:

- историю развития мини-футбола в мире и России ;
- правила техники безопасности на занятиях по мини-футболу;
- влияние физической культуры на укрепление здоровья, профилактику травматизма;
- основные правила по мини-футболу;
- особенности выполнения технических приемов по мини-футболу.

уметь:

- выполнять удары по мячу;
- выполнять передачи (пас) в мини-футболе;
- выполнять комплексы общеразвивающих упражнений;
- выполнять приемы страховки и само страховки в мини-футболе;
- организовывать самостоятельные занятия физической культурой и спортом средствами мини-футбола.

Учебно-тематический план модуля «Мини-футбол»

Содержание занятий	Кол-во часов	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Всего
1. Теоретическая подготовка:	4				4
- техника безопасности на занятиях;	0,5	0,5			0,5
- история развития мини-футбола;	1	1			1
- правила гигиены;	0,5	0,5			0,5
- особенности выполнения упражнений;	1		1		1
- правила игры в мини-футбол;	1			1	1

Итого часов:	4	2	1	1	4
2. Практическая подготовка					38
ОФП:	12	4	4	4	12
- общеразвивающие упражнения;	3	1	1	1	3
- упражнения на развитие силы;	2		1	1	2
-упражнения на развитие координации;	3	1	1	1	3
- упражнения на развитие скорости;	2	1		1	2
- упражнения на развитие выносливости	2	1	1		2
СФП:	10	4	4	2	10
- скоростно-силовые упражнения;	3	2		1	3
- упражнения на скоростную выносливость;	3		2	1	3
- упражнения на развитие общей выносливости;	4	2	2		4
Техническая подготовка	8	2	3	3	8
- удары;	3	1	1	1	3
- приемы;	2		1	1	2
- передачи	3	1	1	1	3
Тактическая подготовка	6	2	2	2	6
- техника защиты;	3	1	1	1	3
-техника нападения	3	1	1	1	3
Итого часов:		12	11	11	32
Контрольные испытания, аттестация, тестирование, участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях (оценка подготовленности обучающихся)	2			2	2
Итого часов:				2	2
Всего часов:	42	14	14	14	42

Календарный план график

Раздел подготовки	Недели/часы												Всего
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
Теоретическая подготовка	0,4	0,4	0,4	0,4	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	4
Общая физическая подготовка	1,1	1,1	1,1	1,1	1	1	1	1	0,9	0,9	0,9	0,9	12
Специальная физическая подготовка	0,8	0,8	0,8	0,8	0,9	0,9	0,9	0,9	0,8	0,8	0,8	0,8	10

Техническая подготовка	0,7	0,7	0,7	0,7	0,8	0,8	0,8	0,8	0,5	0,5	0,5	0,5	8
Тактическая подготовка	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	6
Контрольные испытания, аттестация, тестирование, участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях (оценка подготовленности и обучающихся).									0,5	0,5	0,5	0,5	2
	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	42

2. Модуль «Волейбол»

Задачи:

Воспитательные

- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в двигательной активности;
- организация досуга средствами физической культуры, а именно волейбол;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, профессионального самоопределения;

Развивающие:

- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни средствами волейбола;

- приобретение необходимых теоретических знаний по волейболу;

Обучающие:

- обучить основным техническим приемам игры в волейбол (прием, подача, передача, удар);
- обучить навыкам пространственной ориентации на площадке (позиции на площадке);
- обучить основным тактическим действиям нападения и защиты в волейболе.

Результаты подготовки обучающихся по модулю:

По окончании освоения модуля программы обучающиеся будут знать:

- историю развития волейбола в мире и России ;
- правила техники безопасности на занятиях по волейболу;

- влияние физической культуры на укрепление здоровья, профилактику травматизма;
 - основные правила по волейболу;
 - особенности выполнения технических приемов по волейболу.
- уметь:
- выполнять удары по мячу(подачу);
 - выполнять приемы передачи в волейболе;
 - выполнять комплексы общеразвивающих упражнений с элементами волейбола;
 - выполнять приемы страховки и само страховки в волейболе;
 - организовывать самостоятельные занятия физической культурой и спортом средствами волейбола.

Учебно-тематический план модуля «Волейбол»

Содержание занятий	Кол-во часов	Декабрь	Январь	Февраль	Всего
1. Теоретическая подготовка:					4
- техника безопасности на занятиях;	0,5	0,5			0,5
- история развития волейбола;	1	1			1
- правила гигиены;	0,5	0,5			0,5
- особенности выполнения упражнений;	1		1		1
- правила игры в волейбол;	1			1	1
Итого часов:	4	2	1	1	4
2. Практическая подготовка	4				38
ОФП:	12	4	4	4	12
- общеразвивающие упражнения;	3	1	1	1	3
- упражнения на развитие силы;	2		1	1	2
- упражнения на развитие координации;	3	1	1	1	3
- упражнения на развитие скорости;	2	1		1	2
- упражнения на развитие выносливости	2	1	1		2
СФП:	10	4	4	2	10
- скоростно-силовые упражнения;	3	2		1	3
- упражнения на скоростную выносливость;	3		2	1	3
- упражнения на развитие общей выносливости;	4	2	2		4
Техническая подготовка	8	2	3	3	8
- прием;	3	1	1	1	3
- передача;	2		1	1	2
- подача	3	1	1	1	3
Тактическая подготовка	6	2	2	2	6

- техника защиты;	3	1	1	1	3
-техника нападения	3	1	1	1	3
Итого часов:		12	11	11	32
Контрольные испытания, аттестация, тестирование, участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях (оценка подготовленности обучающихся)	2			2	2
Итого часов:				2	2
Всего часов:	42	14	14	14	42

Календарный план график

Раздел подготовки	Недели/часы												Всего	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
Теоретическая подготовка	0,4	0,4	0,4	0,4	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	4
Общая физическая подготовка	1,1	1,1	1,1	1,1	1	1	1	1	0,9	0,9	0,9	0,9	0,9	12
Специальная физическая подготовка	0,8	0,8	0,8	0,8	0,9	0,9	0,9	0,9	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	10
Техническая подготовка	0,7	0,7	0,7	0,7	0,8	0,8	0,8	0,8	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	8
Тактическая подготовка	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	6
Контрольные испытания, аттестация, тестирование, участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях (оценка подготовленности обучающихся).										0,5	0,5	0,5	0,5	2
	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	42

3. Модуль «Баскетбол»

Задачи:

Воспитательные

- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в двигательной активности;
- организация досуга средствами физической культуры, а именно баскетболом;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, профессионального самоопределения;

Развивающие:

- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни средствами баскетбола;
- приобретение необходимых теоретических знаний по баскетболу;

Обучающие:

- обучить основным техническим приемам игры в баскетбол (передача, бросок, подбор мяча);
- обучить навыкам пространственной ориентации на площадке и перемещения (позиции на площадке, зоны);
- обучить основным тактическим действиям нападения и защиты в баскетболе.

Результаты подготовки обучающихся по модулю:

По окончании освоения модуля программы обучающиеся будут знать:

- историю развития баскетбола в мире и России ;
- правила техники безопасности на занятиях по баскетболу;
- влияние физической культуры на укрепление здоровья, профилактику травматизма;
- основные правила по баскетболу;
- особенности выполнения технических приемов по баскетболу.

уметь:

- выполнять броски мяча в кольцо;
- выполнять приемы передачи в баскетболе;
- выполнять комплексы общеразвивающих упражнений с элементами баскетбола;
- выполнять приемы страховки и само страховки в баскетболе;
- организовывать самостоятельные занятия физической культурой и спортом средствами баскетбола.

Учебно-тематический план модуля «Баскетбол»

Содержание занятий	Кол-во часов	Март	Апрель	Май	Всего
1. Теоретическая подготовка:					4
- техника безопасности на занятиях;	0,5	0,5			0,5
- история развития мини-футбола;	1	1			1
- правила гигиены;	0,5	0,5			0,5

- особенности выполнения упражнений;	1		1		1
- правила игры в баскетбол;	1			1	1
Итого часов:	4	2	1	1	4
2. Практическая подготовка	4				38
ОФП:	12	4	4	4	12
- общеразвивающие упражнения;	3	1	1	1	3
- упражнения на развитие силы;	2		1	1	2
-упражнения на развитие координации;	3	1	1	1	3
- упражнения на развитие скорости;	2	1		1	2
- упражнения на развитие выносливости	2	1	1		2
СФП:	10	4	4	2	10
- скоростно-силовые упражнения;	3	2		1	3
- упражнения на скоростную выносливость;	3		2	1	3
- упражнения на развитие общей выносливости;	4	2	2		4
Техническая подготовка	8	2	3	3	8
- удары;	3	1	1	1	3
- приемы;	2		1	1	2
- передачи	3	1	1	1	3
Тактическая подготовка	6	2	2	2	6
- техника защиты;	3	1	1	1	3
-техника нападения	3	1	1	1	3
Итого часов:		12	11	11	32
Контрольные испытания, аттестация, тестирование, участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях (оценка подготовленности обучающихся)	2			2	2
Итого часов:				2	2
Всего часов:	42	14	14	14	42

Календарный план график

Раздел подготовки	Недели/часы												Всего
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
Теоретическая подготовка	0,4	0,4	0,4	0,4	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	4
Общая физическая подготовка	1,1	1,1	1,1	1,1	1	1	1	1	0,9	0,9	0,9	0,9	12

Специальная физическая подготовка	0,8	0,8	0,8	0,8	0,9	0,9	0,9	0,9	0,8	0,8	0,8	0,8	10
Техническая подготовка	0,7	0,7	0,7	0,7	0,8	0,8	0,8	0,8	0,5	0,5	0,5	0,5	8
Тактическая подготовка	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	6
Контрольные испытания, аттестация, тестирование, участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях (оценка подготовленности и обучающихся).									0,5	0,5	0,5	0,5	2
	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	42

Содержание разделов подготовки обучающихся

Теоретическая подготовка

Тренировочный процесс на спортивно-оздоровительном этапе предполагает знакомство с теоретическими основами здорового образа жизни, базовыми понятиями физической культуры и спорта, основами техники избранного вида спорта.

Изучение теоретического материала программы осуществляется в виде бесед до или после практических занятий, доступных и интересных по содержанию, по возможности сопровождающихся просмотром видеоматериала.

Темы теоретических занятий

Правила поведения и техника безопасности на тренировочных занятиях и вне их. Инвентарь и оборудование мест занятий.

Физическая культура и спорт в России.

История развития видов спорта. Особенности видов спорта

Строение и функции организма человека. Физические упражнения и их влияние на организм.

Основы личной и спортивной гигиены. Закаливание. Способы саморегуляции и самоконтроля.

Режим дня и питание занимающегося физической культурой и спортом.

Основы техники вида спорта.

Основные правила соревнований.

Практическая подготовка

Общая физическая подготовка

Физическая подготовка направлена на развитие физических качеств и повышение функциональных возможностей, создающих благоприятные условия для совершенствования всех сторон подготовки спортсмена. Физическая подготовка подразделяется на общую и специальную. В задачи общей физической подготовки входит укрепление здоровья и физического развития, совершенствование физических качеств и жизненно важных двигательных навыков.

Строевые упражнения. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция.

Перестроения: в одну, две шеренги, в колонну по одному, по два. Сомкнутый и разомкнутый строй. Виды размыкания. Построение, выравнивание строя, расчет по строю, повороты на месте. Переход на ходьбу и бег, на шаг. Остановка. Изменение скорости движения строя.

Упражнения для рук и плечевого пояса. Из различных исходных положений (в основной стойке, на коленях, сидя, лежа) – сгибание и разгибание рук, вращения, махи, отведение и приведение, рывки одновременно обеими руками и разновремененно, то же во время ходьбы и бега.

Упражнения для ног. Поднимание на носки; сгибание ног в тазобедренных суставах; приседания; отведения; приведения и махи ногой в переднем, заднем и боковом направлениях; выпады, пружинистые покачивания в выпаде; подскоки из различных исходных положений ног (вместе, на ширине плеч, одна впереди другой и т.п.); сгибание и разгибание ног; прыжки.

Упражнения для шеи и туловища. Наклоны, вращения, повороты головы; наклоны туловища, круговые вращения туловищем, повороты туловища, поднимание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине; из положения лежа на спине переход в положение сидя; смешанные упоры в положении лицом и спиной вниз; угол из исходного положения лежа, сидя и в положении виса; различные сочетания этих движений.

Упражнения для всех групп мышц. Могут выполняться с короткой и длинной скакалкой, гантелями, набивными мячами, мешочками с песком, резиновыми амортизаторами, палками, со штангой (для юношей).

Упражнения для развития силы. Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах.

Преодоление веса и сопротивления партнера. Переноска и перекладывание груза.

Лазанье по канату, шесту, лестнице. Перетягивание каната. Упражнения на гимнастической стенке. Упражнения со штангой: толчки, выпрыгивания, приседания.

Упражнения для развития быстроты. Повторный бег по дистанции от 30 до 100м со старта и с ходу с максимальной скоростью. Бег по наклонной плоскости вниз. Бег за лидером (велосипедист, более быстрый спортсмен).

Бег с гандикапом с задачей догнать партнера. Выполнения общеразвивающих упражнений в максимальном темпе.

Упражнения для развития гибкости. Общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движения. Упражнения с помощью партнера (пассивные наклоны, отведения ног, рук до предела, мост, шпагат). Упражнения с гимнастической палкой или сложенной вчетверо скакалкой: наклоны и повороты туловища с различными положениями предметов (вверх, вперед, вниз, за голову, на спину); перешагивание и перепрыгивание. Упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке.

Упражнения для развития ловкости. Разнонаправленные движения руки ног. Кувырки вперед, назад, в стороны с места, с разбега и с прыжка. Перевороты вперед, в стороны, назад. Стойки на голове, руках и лопатках. Прыжки опорные через козла, коня. Прыжки с подкидного мостика. Прыжки на батуте. Упражнения в равновесии на гимнастической скамейке, бревне; равновесие при катании на коньках. Жонглирование двумя-тремя теннисными мячами. Метание мячей в подвижную и неподвижную цель. Метание после кувырков, поворотов.

Упражнения типа «полоса препятствий»: с перелезанием, перепрыгиванием, кувырками, с различными перемещениями, переноской нескольких предметов одновременно (четырёх баскетбольных мячей), ловлей и метанием мячей. Игра в мини-футбол, в теннис, волейбол, бадминтон.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Прыжки в высоту через препятствия, планку, в длину с места, многократные прыжки с ноги на ногу, на двух ногах. Перепрыгивание предметов (скамеек, мячей и др.), «чехарда». Прыжки в глубину. Бег и прыжки по лестнице вверх и вниз. Бег по мелководью, по снегу, по песку, с отягощениями с предельной интенсивностью.

Игры с отягощениями. Эстафеты, комбинированные сбегом, прыжками, метаниями. Метание гранаты, копья, диска, толкание ядра. Групповые упражнения с гимнастической скамейкой.

Упражнения для развития общей выносливости. Бег равномерный и переменный на 500, 800, 1000 м. Кросс на дистанции для девушек до 3 км, для юношей до 5 км. Дозированный бег по пересеченной местности от 3 мин. до 1 ч. (для разных возрастных групп).

Специально-физическая подготовка

Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести. Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных положений (сидя, стоя, лежа) лицом, боком и спиной вперед. Бег с максимальной частотой шагов на месте и перемещаясь. Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам: вдогонку за партнером, в соревновании с партнером за овладение мячом, за летящим мячом с задачей поймать его. Бег за лидером без смены и со сменой направления (зигзагом, лицом и спиной вперед, челночный бег, с поворотом). Бег на короткие отрезки с прыжками в конце, середине, начале дистанции.

Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх (одиночные, сериями). Многократные прыжки с ноги на ногу (на дальность при определенном количестве прыжков; на количество прыжков при определенном отрезке от 10 до 50м). Прыжки на одной ноге на месте и в движении без подтягивания и с подтягиванием бедра толчковой ноги. Прыжки в стороны (одиночные и сериями) на месте черед предмет и продвигаясь вперед, назад. Бег и прыжки с отягощениями (пояс, манжеты на голенях, набивные мячи, гантели).

Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах и круговые движения кистями. Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Передвижение в упоре на руках по кругу (вправо и влево), носки ног на месте. Передвижение на руках в упоре лежа, ноги за голеностопные суставы удерживает партнер. Из упора лежа «подпрыгнуть», одновременно толкаясь руками и ногами, сделать хлопок руками. Упражнения для кистей рук с гантелями, булавами, кистевыми эспандерами, теннисными мячами (сжимание). Имитация броска с амортизатором (резиновым бинтом), гантелями. Поднимание и опускание, отведение и приведение рук с гантелями в положение лежа на спине на скамейке. Метание мячей различного веса и объема (теннисного, мужского и женского баскетбольного набивного мяча весом 1-5кг) на точность, дальность, быстроту. Метание камней с отскоком от поверхности воды. Игра в городки. Удары по летящему мячу (волейбольному и баскетбольному в прыжке, с места, с разбега в стену, через волейбольную сетку, на точность попадания в цель. Броски мячей через волейбольную сетку, через веревочку на точность попадания. Бросок мяча в прыжке с разбега, отталкиваясь о гимнастическую скамейку. Бросок мяча в прыжке с подкидного мостика на точность попадания в мишени на полу и на столе, в ворота.

Упражнения для развития игровой ловкости. Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге, после поворота, кувырков падения. Ловля мяча после кувырка с попаданием в цель. Метание теннисного и баскетбольного мяча во внезапно появившуюся цель. Броски мяча в стену с последующей ловлей. Ловля мяча от стены после поворота, приседа, прыжка, перехода в положение сидя.

Прыжки вперед и вверх с мостика с выполнением различных действий с мячом и без мяча в фазе полета (сохранить вертикальное положение туловища).

Ведение мяча с ударом о скамейку; ведение с ударами в пол, передвигаясь по скамейке, ведение с перепрыгиванием препятствий. Ведение одновременно правой и левой рукой двух мячей, со сменой рук. Ведение мяча с одновременным выбиванием мяча у партнера. Комбинированные упражнения, состоящие из бега, прыжков, ловли, передачи, бросков, ведения с предельной интенсивностью. Бег с различной частотой шагов, ритмичный бег по разметкам с точной постановкой ступни (наступая на разметки, ставя ступни точно у линии).

Эстафеты с прыжками, ловлей, передачей и бросками мяча.

Перемещения партнеров в парах лицом друг к другу, сохраняя расстояние между ними 2-3 м.

Упражнения для развития специальной выносливости.

Многократные повторения упражнений в беге, прыжках, технико-тактических упражнениях с различной интенсивностью и различной продолжительностью работы и отдыха. Игры учебные с удлинённым временем, с заданным темпом перехода от защиты к нападению и обратно. Круговая тренировка.

Техническая подготовка

Под технической подготовкой понимается степень освоения обучающимися системы движений, соответствующей особенностям данной спортивной дисциплины и направленной на достижение высоких спортивных результатов.

Своевременное исправление ошибок и причин их возникновения при выполнении приёмов и движений значительно повышает эффективность процесса технического совершенствования, формирует двигательные умения и навыки.

Конкретное двигательное действие или приём. Последовательное прохождение четырёх этапов обучения:

1. Ознакомление с двигательным действием или приёмом.
2. Разучивание его в облегчённых условиях.
3. Совершенствование данного действия в разнообразных условиях.
4. Реализация изучаемого действия в соревнованиях

Взаимосвязь и взаимозависимость структуры движения и уровня развития физических качеств занимающихся.

Тактическая подготовка

Тактическая подготовка предусматривает изучение практических разделов тактики защиты и тактики нападения.

4. Ресурсное обеспечение программы

Методическое обеспечение

- Дидактические средства обучения: тесты по теоретической подготовке; карточки для судейства; планшет магнитный; доска мини с разметкой площадки.
- Наглядные средства: галерея портретов выдающихся спортсменов по видам спорта; плакаты – схемы игры по виду спорта
- Электронные образовательные ресурсы (ЭОР) (<https://nsportal.ru/>; <http://fcior.edu.ru/> и др.)
- Видеоматериалы: лучшие игры чемпионатов РФ, Европы и мира

Материально-техническое обеспечение

Для реализации данной программы необходимы:

- спортивный зал, площадь которого должна быть не менее 4м² на одного обучающегося, высота потолка должна составлять не менее 6 м;
- комната для переодевания;
- стойки для обводки;
- малые ворота;
- ворота для мини-футбола;
- скакалки;
- мячи мини-футбольные № 4, 5;
- баскетбольные щиты (малые);
- баскетбольные щиты (стандартные);
- мячи баскетбольные №5, №6, №7;
- волейбольные стойки регулирующиеся;
- волейбольная сетка;
- мячи волейбольные;
- сетка для мячей;
- комплект фишек;
- рулетка 3 м.- 1шт.;
- тренировочные манишки – 20 шт.;
- секундомер;
- свисток.

Информационное обеспечение

Литература для обучающихся:

1. Гамова Е.А. GAMEOVER. Волейбол продолжается. – М.: Эксмо, 2017
2. Рудницкая А., Андрианов Н.А. Книга тренеров NBA. Техники, тактики и тренерские стратегии от гениев баскетбола. – М.: Эксмо, 2017
3. Янцева Л.И. Мини-энциклопедия о большой игре. – М.: Центрполиграф, 2018

Литература для педагога:

1. Губа В. Теория и методика мини-футбола (футзала). Учебник – М.: Спорт, 2016
2. Рыцарев В.В. Волейбол. Теория и практика. – М.: Спорт, 2016
3. Булыкина Л.В., Губа В.П. Волейбол. Учебник. – М.: Советский спорт, 2020
4. Буйлова Л.А., Ежова А.В. Организация и проведение занятий по баскетболу со студентами вузов: учебное пособие. – Воронеж: ВГИФК, 2019

Кадровое обеспечение программы

Данная программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим профессиональное образование в области,

соответствующей профилю программы, и постоянно повышающим уровень профессионального мастерства.

Уровень педагогических компетенций педагога дополнительного образования должен соответствовать профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации № 298-н от 5 мая 2018 года.

5. Список литературы

Нормативно-правовые акты и документы:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 года №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 N 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

4. Концепция развития дополнительного образования в РФ (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 №1726-Р);

5. Приказ министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019 г. № 262-од «Об утверждении персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам»;

6. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, направленных письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242;

7. Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ (приложение к письму министерства образования и науки Самарской области от 03.09.2015 №МО-16-09-01/826-ТУ).

8. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р)

9. Губа В. Теория и методика мини-футбола (футзала). Учебник – М.: Спорт, 2016

10. Рыцарев В.В. Волейбол. Теория и практика. – М.: Спорт, 2016

11. Булыкина Л.В., Губа В.П. Волейбол. Учебник. – М.: Советский спорт, 2020

12. Буйлова Л.А., Ежова А.В. Организация и проведение занятий по баскетболу со студентами вузов: учебное пособие. – Воронеж: ВГИФК, 2019

Годовой учебно-тематический план-график программы

Содержание занятий	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Всего
1. Теоретическая подготовка:										
- техника безопасности на занятиях;	0,5			0,5			0,5			1,5
- история развития (мини-футбола; волейбола, баскетбола);	1			1			1			3
- правила гигиены;	0,5			0,5			0,5			1,5
- особенности выполнения упражнений;		1			1			1		3
- правила игры (мини-футбол; волейбол; баскетбол)			1			1			1	3
Итого часов:	2	1	1	2	1	1	2	1	1	12
2. Практическая подготовка										
ОФП:	4	4	4	4	4	4	4	4	4	36
- общеразвивающие упражнения;	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
- упражнения на развитие силы;		1	1		1	1		1	1	6
-упражнения на развитие координации;	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
- упражнения на развитие скорости;	1		1	1		1	1		1	6
- упражнения на развитие выносливости	1	1		1	1		1	1		6
СФП:	4	4	2	4	4	2	4	4	2	30
- скоростно-силовые упражнения;	2		1	2		1	2		1	9
- упражнения на скоростную выносливость;		2	1		2	1		2	1	9
- упражнения на развитие общей выносливости;	2	2		2	2		2	2		12
Техническая подготовка	2	3	3	2	3	3	2	3	3	24
- удары; (броски)	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
- приемы;		1	1		1	1		1	1	6

- передачи	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
Тактическая подготовка	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18
- техника защиты;	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
-техника нападения	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
Итого часов:	12	13	11	12	13	11	12	13	11	108
Контрольные испытания, аттестация, тестирование, участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях (оценка подготовленности обучающихся)			2			2			2	6
Итого часов:			2			2			2	6
Всего часов:	14	14	14	14	14	14	14	14	14	126

*Тест по теоретической подготовке обучающихся
Модуль «Мини-футбол»*

1. Какая страна является родиной футбола?
 - а) Бразилия
 - б) Англия
 - в) Россия
2. Каким ударом наказывается команда, нарушившая правила в штрафной площади?
 - а) Пенальти
 - б) Буллит
 - в) Угловой удар
3. Игра в футбол начинается
 - а) спорным броском
 - б) ударом из-за боковой линии
 - в) ударом с центра поля
4. Аут в большом футболе вводится
 - а) Ногой
 - б) Рукой
 - в) Судьёй
5. Главным средством передвижения футболиста в игре является
 - а) ходьба
 - б) спортивная ходьба
 - в) бег

*Тест по теоретической подготовке обучающихся
Модуль «Волейбол»*

1. Какая страна считается родиной волейбола?
 - а) Англия
 - б) Франция
 - в) США
2. Сколько игроков от каждой команды на поле?
 - а) По 5
 - б) По 6
 - в) По 7
3. Сколько раз можно касаться мяча одному и тому же игроку за один розыгрыш не считая блока?
 - а) 1
 - б) 2
 - в) 3
4. Засчитывается ли очко, если мяч попадает в лицевую линию поля?
 - а) Да
 - б) Нет
 - в) Судья назначает спорный мяч

5. Сколько игроков в команде играет на передней линии, а сколько на задней?

- а) 3 спереди, 3 сзади
- б) 2 спереди, 4 сзади
- в) 4 спереди 2 сзади

*Тест по теоретической подготовке обучающихся
Модуль «Баскетбол»*

1. Во время игры на площадке может находиться (игроков):

- а) 4;
- б) 5;
- в) 6.

2. Игрок нападающей команды не должен находиться в зоне под корзиной более (с):

- а) 5;
- б) 4;
- в) 3.

3. Попадание в баскетбольное кольцо приносит команде:

- а) одно очко;
- б) два очка;
- в) три очка.

4. Сколько времени отводится на атаку корзины соперника (с):

- а) 15;
- б) 20;
- в) 24.

5. Какое максимальное количество времени даётся игроку на выбрасывание мяча:

- а) 3 сек.
- б) 5 сек.
- в) 10 сек.

**Контрольные нормативы
оценки физической подготовленности освоения программы**

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
Скоростные качества	Бег на 30 м (не более 6,2 с)	Бег на 30 м (не более 6,5 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 160 см)	Прыжок в длину с места (не менее 155 см)
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами (касание пола пальцами рук)	
Выносливость	Бег 500 м (не более 2,10 мин.)	Бег 500 м (не более 2,40 мин.)
Силовые качества	Сгибание рук в упоре лежа (не менее 10 раз)	Сгибание рук в упоре лежа (не менее 7 раз)
Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 10 с.)	Челночный бег 3x10 м (не более 10,5 с.)

Основные требования к проведению занятий

Подготовка к занятию и его проведение.

Готовясь к занятию, педагог должен, прежде всего, определить задачи, содержание, необходимый инвентарь. Рекомендуется составлять подробный конспект с указанием дозировки выполнения упражнений, размещения обучающихся на площадке, предопределяя возможные ошибки и пути их исправления.

Важным условием правильной организации урока является четко продуманное размещение и расположение инвентаря и оборудования с учетом размеров спортивного зала. Во время проведения занятия педагог должен разумно сочетать показ упражнений с объяснением, особенно при освоении новых движений.

Обучение и техническая подготовка

Этапы обучения.

Процесс обучения может быть условно разделен на 3 этапа.

1-й этап – создание предварительного представления о разучиваемом движении;

2-й этап – разучивание движения;

3-й этап – совершенствование движения.

Создание предварительного представления опирается на следующие методы:

1. Показ упражнения, с помощью которого создается в первую очередь зрительный образ движения.

2. Предварительное ознакомление с движением – его первичное, пробное исполнение.

Из числа перечисленных методов и приемов наиболее важную роль играют *показ* и *объяснение*. Показ осуществляется педагогом дополнительного образования. К показу предъявляются следующие требования: точность и соответствие данному этапу освоения двигательного действия. *Разучивание*. Создание предварительного представления о движении постепенно переходит в этап разучивания. По мере формирования в целом представления о разучиваемом движении переходят к процессу совершенствования.

Совершенствование движения – наиболее трудоемкий этап. Совершенствование продолжается на протяжении всего периода обучения

№ п/п	Тема, форма	Форма организации занятий	Методы и приемы	Использованные материалы	Формы подведения итогов
1	ОФП, Беседа,	практическое, контрольное занятие, диагностика	<u>Методы:</u> Словесный, наглядный, практический. <u>Приемы:</u> Объяснение, повторение,	<u>Оборудование:</u> Шведские стенки, скамейки гимнастические, эспандеры. <u>Методические материалы:</u>	Обсуждение, обобщение знаний, контрольное задание, диагностика, аттестация

			демонстрация, выполнение практических упражнений, выполнение контрольных заданий.	Журналы, картинки, карточки	
2	СФП , Инструктаж,	практическое, контрольное занятие, игровое занятие, учебно-тренировочное занятие	<u>Методы:</u> Словесный, наглядный, практический. <u>Приемы:</u> Объяснение, повторение, демонстрация, выполнение практических упражнений, выполнение контрольных заданий.	<u>Оборудование:</u> Гимнастические маты, гимнастическая стенка, скакалки, гимнастическая скамейка <u>Методическиматериалы:</u> Журналы, картинки, видеозаписи.	Обсуждение, обобщение знаний, контрольное задание, диагностика, аттестация
3	Технические элементы	Рассказ, практическое занятие, комбинированное занятие, контрольное занятие.	<u>Методы:</u> Словесный, наглядный, практический, работа по образцу <u>Приемы:</u> Объяснение, повторение, демонстрация, выполнение практических упражнений, выполнение контрольных заданий.	<u>Оборудование:</u> Мячи, ворота, стойки, фишки, кубики др. <u>Методическиматериалы:</u> Журналы, картинки, видеозаписи	Обсуждение, обобщение знаний, контрольное задание, диагностика, аттестация
4	Соревновательная подготовка	Беседа, инструктаж, интегральная подготовка, соревнование	<u>Методы:</u> Словесный, наглядный, практический. <u>Приемы:</u> Объяснение, демонстрация, выполнение практических упражнений	<u>Оборудование:</u> Ворота, кольца, мячи, стойки. <u>Методические материалы:</u> видеозаписи, схемы, таблицы	Обсуждение, обобщение знаний, анализ.
5	Подвижные игры Инструктаж,	игровое занятие	<u>Методы:</u> Соревновательно - игровой, словесный <u>Приемы:</u> Объяснение, демонстрация.	<u>Оборудование:</u> Мячи, кегли, кубики, инвентарь для подвижных игр. <u>Методическиматериалы:</u>	Обсуждение.

				карточки.	
7	Контрольные занятия	Беседа, инструктаж, практическое занятие,	<u>Методы:</u> соревновательно-игровой, практический. <u>Приемы:</u> Объяснение, демонстрация, моделирование соревнований	<u>Оборудование:</u> Стойки, конусы, столы, рулетка, ракетки. <u>Методические материалы:</u> Видеозаписи (учебные, соревнования) иллюстрации	обсуждение, обобщение знаний и умений