

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
БРЫЗГАЛОВСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА  
ВАВОЖСКОГО РАЙОНА УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

Принята на заседании  
Педагогического совета  
Протокол № 7 от 17.08.2023г.

Утверждена  
Приказом директора  
МКОУ Брызгаловская ООШ  
Богдановым А.В.  
№109-ОД от 17.08.2023г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**«Спортбол»**

**на 2023-2024 учебный год**

Направленность: физкультурно-спортивная

Уровень программы: ознакомительный

Возраст: 11-15 лет

Срок обучения: 1 год (72 часа)

Разработчик: Богданов Александр Васильевич,  
педагог дополнительного образования

Брызгалово, 2023

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортбол» составлена с учетом требований Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273 -ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам", СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи», Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года от 31 марта 2022 года №678-р, Устава МКОУ Брызгаловской ООШ.

Программа «Спортбол» разработана для детей, имеющих желание укрепить своё физическое здоровье и достигнуть планируемых высоких результатов, и направлена на формирование позитивного отношения к здоровому образу жизни, на всестороннее развитие личности, что предполагает овладение учащимися основами физической культуры, слагаемыми которой являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры; мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

**Направленность программы:** физкультурно-спортивная.

**Уровень программы:** одноуровневый (ознакомительный)

**Актуальность** программы заключается в том, что она направлена на укрепление здоровья подрастающего поколения и решает проблему свободного времени детей. Современное, быстро развивающееся образование, предъявляет высокие требования к обучающимся и их здоровью, тем самым, обязывая образовательное учреждение создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья, формированию ценностного отношения обучающихся к собственному здоровью и здоровью окружающих. При этом здоровье рассматривается как сложный, многоуровневый феномен, включающий в себя физиологический, психологический и социальный аспекты. С каждым годом растет заболеваемость обучающихся. В нашей школе наиболее часто отмечаются случаи ухудшения зрения, ожирение, нарушение осанки. Поэтому результатом физического воспитания школьников должны стать высокий уровень здоровья и формирование интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и здорового образа жизни. Для сохранения здоровья и высокого уровня физических качеств школьникам необходим двигательный режим, в который должны входить не только физические упражнения, специальная гигиена, но и спортивные и подвижные игры, развивающие ловкость.

**Отличительной особенностью программы** является ее практико-ориентированный характер и заключается в том, что она решает проблему длительного пребывания обучающихся в сидячей позе и снижения двигательной активности.

**Новизна** данной программы заключается в подборе материалов занятий: в нее включены игровые упражнения и игры, направленные на профилактику нарушений осанки, укрепление мышечного корсета, а так же упражнения, направленные на развитие общефизической подготовки детей.

**Адресат программы:** обучающиеся в возрасте 11-15 лет, по состоянию здоровья отнесенные к основной и подготовительной медгруппам.

### **Объем и срок освоения программы**

- общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы: 72 учебных часа
- срок реализации программы: курс рассчитан на один учебный год (36 недель)

### **Формы обучения и особенности организации образовательного процесса**

Образовательный процесс организован в соответствии с учебным планом в объединениях по интересам, сформированных в группу обучающихся разных возрастных категорий (разновозрастная группа), являющаяся основным составом объединения.

Вид деятельности: беседа, практические занятия, инструктаж, игры, соревнования.

Содержание программы предполагает разноуровневость освоения учебного материала, задания и физические упражнения разной степени сложности, учитывающие индивидуальные особенности учащихся.

**Состав группы:** не более 15 человек

### **Режим занятий и периодичность и продолжительность занятий**

Количество часов в неделю – 2 часа.

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 академических часа.

Наполняемость в группе: 5-15 человек.

## **ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

**ЦЕЛЬ:** овладение навыками и умениями использовать средства и методы двигательной деятельности в разнообразных формах для сохранения и укрепления здоровья.

### **ЗАДАЧИ:**

1. Воспитывать сознательное отношение к занятиям физической культурой и повышать мотивацию к ним.
2. Укреплять здоровье, физическое развитие учащихся через спортивные игры.
3. Формировать индивидуальные психические черты и особенности в общении и коллективном взаимодействии средствами и методами командно-игровой деятельности.
4. Обучить гигиене физического воспитания, профилактике травматизма, коррекции телосложения.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела	Количество часов			Формы аттеста- ции (контроля)
		<i>Всего</i>	<i>Теория</i>	<i>Практика</i>	
1.	Вводное занятие (правила тех- ники безопасности)	1	1		Беседа
2.	Теоретические сведения (ос- новы знаний)	3	3		Тестирование
3.	Футбол	24	2,4	21,6	Тестирование
4.	Волейбол	24	2,4	21,6	Тестирование
5.	Баскетбол	14	1,4	12,6	Тестирование
Итого часов		<b>66</b>	<b>10,2</b>	<b>55,8</b>	

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов		Содержание
		Теория	Практика	
1.	<b>Вводное занятие (правила техники безопасности) 1 час</b>			
1.1	Вводное занятие (правила ТБ)	1	-	Теория: Правила техники безопасности. Правила подбора и хранения инвентаря.
2.	<b>Теоретические сведения (основы знаний) 3 часа</b>			
2.1.	Здоровье человека и влияние на него физических упражнений	1	-	Теория: Здоровье физическое, психическое, душевное. Здоровый образ жизни. Потребность в движении тела как выражение потребности души.
2.2.	Влияние питания на здоровье	1	-	Теория: Режим и рацион питания для растущего организма. Питьевой режим школьника. Психогигиена питания. Формирование ценностного отношения к еде и воде как к связующей нити человека и природы.
2.3.	Гигиенические и этические нормы	1	-	Теория: Гигиенические нормы (гигиенические процедуры, уход за формой, за повседневной одеждой, инвентарём). Этические нормы (нормы поведения на занятиях, до и после них, в повседневной жизни, взаимоотношения с окружающими). Взаимосвязь гигиенических и этических норм (соблюдение правил гигиены как проявление уважения к окружающему миру). Взаимосвязь этических норм и правил техники безопасности (уважительное и бесконфликтное поведение как основа безопасности на занятиях).
3.	<b>Спортивные игры. Футбол. 24 часа</b>			
3.1.	Техника передвижения.	0,2	1,8	Теория: Знакомство с правилами. Инструктаж по ТБ во время игры. Практика: Бег, прыжки, остановки и повороты. Применение техники перемещения в процессе игры.
3.2.	Удары по мячу головой, ногой	0,2	1,8	Теория: Знакомство с правилами. Инструктаж по ТБ во время игры. <b>Практика:</b> Удар средней частью лба с места, с поворотом, с поворотом в прыжке, головой назад с места, в падении. Удар носком, серединой подъема, внутренней частью подъема, внешней частью подъема, внутренней стороной стопы («щечкой»), внешней частью подъема с подкруткой.
3.3.	Остановка мяча. Ведение мяча.	0,2	1,8	Теория: Знакомство с правилами. Инструктаж по ТБ во время игры. Практика: Остановка мяча ногой, туловищем, головой. Контроль мяча и перемещение с ним. Ведение мяча внешней стороной стопы, внутренней стороной стопы, носком, подошвой.

3.4.	Обманные движения.	0,2	1,8	Теория: Знакомство с правилами. Инструктаж по ТБ во время игры. Практика: Выполнение группы приемов техники футбола в последовательном единоборстве с противником. Применение финтов с целью преодоления сопротивления противника и создания выгодных условий для дальнейшего ведения игры.
3.5.	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	0,2	1,8	Теория: Знакомство с правилами. Инструктаж по ТБ во время игры. Практика: Перехват мяча, успешное исполнение подката, игра на опережение, нейтрализация индивидуальной обводки, следствие успешных действий при контактной борьбе, когда мяч находится у соперника. Вбрасывание мяча из-за боковой линии.
3.6.	Техника игры вратаря	0,2	1,8	Теория: Знакомство с правилами. Инструктаж по ТБ во время игры. Практика: Ловля мяча, отбивание руками, остановки, переводы, отбор и ведение мяча, выбрасывание и выбивание ногой.
3.7.	Тактика игры в футбол. Тактика нападения.	0,2	1,8	Теория: Знакомство с правилами. Инструктаж по ТБ во время игры. Практика: Организация действий команды, владеющей мячом, для взятия ворот соперника. Индивидуальные действия, групповые действия и командные действия.
3.8.	Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	0,2	1,8	Теория: Знакомство с правилами. Инструктаж по ТБ во время игры. Практика: Маневр. Ведение, обводка противника, передачи мяча, удары по воротам.
3.9	Тактика защиты.	0,2	1,8	Теория: Правила игры. Инструктаж по ТБ во время игры. Практика: Действия команды, не владеющей мячом, направленный на нейтрализацию атакующих действий соперников. Общекомандный метод игры, персональный, зонный и комбинированный.
3.10.	Индивидуальные действия вратаря.	0,2	1,8	Теория: Правила игры. Инструктаж по ТБ. Практика: Определение основных направлений атакующих действий соперника, знание сильных и слабых сторон своих действий, правильный выбор позиции (место), выбор способа действия.
3.11.	Групповые действия.	0,2	1,8	Теория: Правила игры. Инструктаж по ТБ. Практика: Передачи мяча, отбор мяча посредством согласованных действий, групповые учебные тактические комбинации.
3.12.	Учебная игра 5на5	0,2	1,8	Теория: Правила игры. Инструктаж по ТБ. Практика: Учебная игра с заданиями.

4.	<b>Спортивные игры. Волейбол. 24 часа</b>			
4.1.	Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки.	0,2	1,8	Теория: Правила игры. Инструктаж по ТБ. Практика: Перемещение из стартовой стойки: при выборе места приема мяча с подачи, нападающего удара, страховки. Угол сгибания в коленных суставах, угол наклона туловища и положение рук. Перемещения по площадке ходьбой, бегом, скачком, приставным и скрестным шагом.
4.2.	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность.	0,2	1,8	Теория: Правила игры. Инструктаж по ТБ. Практика: Передачи мяча сверху и снизу в парах, вчетвером со сменой мест.
4.3.	Передача на точность. Встречная передача.	0,2	1,8	Теория: Правила игры. Инструктаж по ТБ. Практика: Передачи мяча сверху и снизу в парах, вчетвером со сменой мест.
4.4.	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая	0,2	1,8	Теория: Правила игры. Инструктаж по ТБ. Практика: Выполнения подачи: исходное положение подбрасывание мяча и замах удар по мячу и движение после удара по мячу
4.5.	Подача сверху	0,2	1,8	Теория: Правила игры. Инструктаж по ТБ. Практика: Выполнения подачи: исходное положение подбрасывание мяча и замах удар по мячу и движение после удара по мячу
4.6.	Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками.	0,2	1,8	Теория: Правила игры. Инструктаж по ТБ. Практика: Передачи мяча сверху и снизу в парах, вчетвером со сменой мест.
4.7.	Техника защиты. Блокирование.	0,2	1,8	Теория: Правила игры. Инструктаж по ТБ. Практика: Из положения игрока, готовящегося к блокированию, приставным шагом, скачком или бегом перемещение к предполагаемому месту блокирования.
4.8.	Групповые действия игроков.	0,2	1,8	Теория: Правила игры. Инструктаж по ТБ. Практика: Взаимодействие двух или нескольких игроков, решающих часть задачи, поставленной перед командой. Отработка тактических комбинаций.
4.9.	Взаимодействие игроков передней линии при приеме от подачи	0,2	1,8	Теория: Правила игры. Инструктаж по ТБ. Практика: Взаимодействие игроков передней линии при приеме от подачи, решающих часть задачи, поставленной перед командой. Отработка тактических комбинаций
4.10.	Командные действия. Прием подачи.	0,2	1,8	Теория: Правила игры. Инструктаж по ТБ. Практика: Взаимодействие двух или нескольких игроков, решающих часть задачи, поставленной перед командой. Отработка тактических комбинаций.

4.11.	Расположение игроков при приеме	0,2	1,8	Теория: Правила игры. Инструктаж по ТБ. Практика: Три игрока занимают место на передней линии у сетку, остальные - на задней линии, но так, чтобы можно было контролировать всю площадку.
4.12.	Контрольные игры и соревнования.	0,2	1,8	Теория: Правила игры. Инструктаж по ТБ. Практика: Контрольные игры.
5.	<b>Спортивные игры. Баскетбол. 14 часов</b>			
5.1.	Основы техники и тактики. Техника передвижения. Сочетание способов передвижений.	0,2	1,8	Теория: Правила игры. Инструктаж по ТБ. Практика: Ходьба, бег, остановка игрока, прыжки с мячом, повороты, особенности сочетаний движений.
5.2.	Техника нападения, владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока.	0,2	1,8	Теория: Правила игры. Инструктаж по ТБ. Практика: Передача и ловля мяча различным способом. Получив мяч владение им и осуществление различных манёвров.
5.3.	Ловля мяча одной рукой на уровне груди. Броски мяча двумя руками с места.	0,2	1,8	Теория: Правила игры. Инструктаж по ТБ. Практика: Ловля мяча одной рукой и двумя руками на различной высоте (выше головы, на уровне груди, пояса и ниже), в различных условиях (на месте, в движении, в прыжке).
5.4.	Штрафной бросок. Бросок с трех очковой линии.	0,2	1,8	Теория: Правила игры. Инструктаж по ТБ. Практика: Выполнения штрафных бросков: двумя руками снизу, двумя от груди, одной от плеча) и другие. Броски из-за линии (дуги) 3 очков.
5.5.	Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости.	0,2	1,8	Теория: Правила игры. Инструктаж по ТБ. Практика: Ведение мяча на месте (в шаге, бегом) правой, левой рукой по прямой, вправо, влево, назад, с изменением высоты отскока и ритма, скорости и направления.
5.6.	Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока.	0,2	1,8	Теория: Правила игры. Инструктаж по ТБ. Практика: Выполнения финтов (трюков) движением ног, головой и плечами, руками и кистями, комбинированные трюки, специальные финты, вверх и вниз, вышагивание.
5.7.	Взаимодействие игроков с заслонами, групповые действия. Учебная игра.	0,2	1,8	Теория: Правила игры. Инструктаж по ТБ. Практика: Групповые взаимодействия при численном равенстве противника: переключения, проскальзывание, подстраховка, организация борьбы за отскок и групповой отбор мяча. Учебная игра с заданиями.



## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

- приобретение школьником знаний о правилах ведения здорового образа жизни, об основных нормах гигиены, о технике безопасности на занятиях;
- формирование навыков самоконтроля, самонаблюдения и саморегуляции;
- знание и соблюдение правил игр;
- умение играть в спортивные игры;
- воспитание и формирование лидерских качеств личности, способной взаимодействовать в команде.

**Личностными результатами** освоения программы являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными результатами** освоения содержания программы являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметными результатами** освоения содержания программы являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.



## УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### КАДРОВЫЕ УСЛОВИЯ

Уровень образования педагога: Высшее педагогическое.

Профессиональная категория: Первая категория.

Уровень соответствия квалификации: Программа реализуется без требований к соответствию квалификации педагога.

### МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Санитарно-гигиенические, материально-технические условия соответствуют целям и задачам дополнительного образования. Занятия проводятся в МКОУ Брызгаловская ООШ в спортивном зале (кабинет № 6), в котором созданы условия для занятий физкультурно-спортивной направленности в соответствии с СанПиН.

Для реализации программы понадобится:

- спортивный зал;
- шведская стенка;
- маты;
- гимнастические скамейки;
- гимнастические скакалки, обручи, мячи;
- медицинская аптечка.

Организационный ресурс предполагает, что на занятиях поддерживается необходимая дисциплина, они проводятся при строгом соблюдении правил техники безопасности и режима проведения занятий. Это позволяет избежать случаев травматизма или переутомления школьников.

Важным моментом хорошей организации занятий является создание дружного детского коллектива, отношения в котором строятся на принципах товарищества и взаимопомощи. Педагогу необходимо организовать создание привлекательного для учащихся коллектива, с которым они будут себя идентифицировать и где культивируются положительные нормы и ценности.

### ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ

Интернет-источники:

1. Баскетбол <http://ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/basketbol/>
2. Волейбол <http://ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/volleybol/>
3. Правила игры в футбол кратко по пунктам <https://bukmekeri.ru/articles/pravila/pravila-igry-v-futbol-kratko-po-punktam/>
4. Правила игры в волейбол <https://sportsfan.ru/sports-academy/summer-sports/volleyball/rules-of-the-game-in-volleyball.html>
5. Сайт ФБУЗ "Центр гигиенического образования населения" Роспотребнадзора. По-движные игры для детей школьного возраста. <http://cgon.rospotrebnadzor.ru/content/62/969/>

# ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

## ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ

Подведение итогов реализации дополнительной образовательной программы является неотъемлемой частью образовательного процесса и имеет целью повышение его результативности.

Формы промежуточной аттестации: тестовые упражнения на выносливость, скорость, силу, координацию, гибкость.

Итоговая аттестация: тестовые упражнения на выносливость, скорость, силу, координацию, гибкость.

## ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

**Обучающиеся** проходят аттестацию по следующему инструментарию, представленному в таблице 1.

Таблица 1

### Уровень физической подготовленности учащихся 11-15 лет

Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст, лет	Уровень					
			Мальчики			Девочки		
			Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
Скоростные	Бег 30м, сек.	11	6,3 и выше	6,1—5,5	5,0 и ниже	6,4 и выше	6,3—5,7	5,1 и ниже
		12	6,0	5,8—5,4	4,9	6,3	6,2—5,5	5,0
		13	5,9	5,6—5,2	4,8	6,2	6,0—5,4	5,0
		14	5,8	5,5—5,1	4,7	6,1	5,9—5,4	4,9
		15	5,5	5,3—4,9	4,5	6,0	5,8—5,3	4,9
Координационные	Челночный бег 3х10м, сек.	11	9,7 и выше	9,3—8,8	8,5 и ниже	10,1 и выше	9,7—9,3	8,9 и ниже
		12	9,3	9,0—8,6	8,3	10,0	9,6—9,1	8,8
		13	9,3	9,0—8,6	8,3	10,0	9,5—9,0	8,7
		14	9,0	8,7—8,3	8,0	9,9	9,4—9,0	8,6
		15	8,6	8,4—8,0	7,7	9,7	9,3—8,8	8,5
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	11	140 и ниже	160—180	195 и выше	130 и ниже	150—175	185 и выше
		12	145	165—180	200	135	155—175	190
		13	150	170—190	205	140	160—180	200
		14	160	180—195	210	145	160—180	200
		15	175	190—205	220	155	165—185	205
Выносливость	6-минутный бег, м	11	900 и менее	1000—1100	1300 и выше	700 и ниже	850—1000	1100 и выше
		12	950	1100—1200	1350	750	900—1050	1150
		13	1000	1150—1250	1400	800	950—1100	1200
		14	1050	1200—1300	1450	850	1000—1150	1250
		15	1100	1250—1350	1500	900	1050—1200	1300
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя, см	11	2 и ниже	6—8	10 и выше	4 и ниже	8—10	15 и выше
		12	2	6—8	10	5	9—11	16
		13	2	5—7	9	6	10—12	18
		14	3	7—9	11	7	12—14	20
		15	4	8—10	12	7	12—14	20
Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса, кол-во раз (мальчики)	11	1	4—5	6 и выше	-	-	-
		12	1	4—6	7	-	-	-
		13	1	5—6	8	-	-	-
		14	2	6—7	9	-	-	-

		15	3	7—8	10			
На низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз (девочки)	11	-	-	-	4 и ниже	10—14	19 и выше	
	12	-	-	-	4	11—15	20	
	13	-	-	-	5	12—15	19	
	14	-	-	-	5.	13—15	17	
	15				5	12—13	16	

## МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

### Методические материалы

Занятия по программе состоят из теории и практики. Основная часть практическая. Занятия включают в себя организационную, теоретическую практическую части. Организационная часть обеспечивается наличием спортивной формы у всех обучающихся, всего необходимого инвентаря для проведения занятий. Теоретическая часть включает в себя необходимую информацию о теме. Перед каждым занятием педагог напоминает о правилах техники безопасности.

### Формы организации занятий:

- групповые формы занятий – теоретические, практические, комбинированные. Комбинированная форма используется чаще и включает теоретическую: беседу, инструктаж и практическую части: ОФП и игры;
- занятия оздоровительной направленности;
- эстафеты.

### Методы и приёмы, используемые педагогом при проведении занятий:

1. Словесный метод - используется на каждом занятии в форме беседы, рассказа, изложения нового материала, закрепления изученного и повторения пройденного.
2. Наглядный (показ, наблюдение).
3. Исследовательский (самостоятельная работа) - развивает самостоятельность, воображение, способствует выработке творческого подхода к выполнению задания, поиску нестандартных решений.
4. Практический, игровой методы.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ

Современный национальный воспитательный идеал — это высоконравственный, творческий, компетентный гражданин России, принимающий судьбу Отечества как свою личную, осознающий ответственность за настоящее и будущее своей страны, укоренённый в духовных и культурных традициях многонационального народа Российской Федерации.

**Цель воспитания** – личностное развитие школьников, проявляющееся:

1) в усвоении ими знаний основных норм, которые общество выработало на основе этих ценностей (то есть, в усвоении ими социально значимых знаний);

2) в развитии их позитивных отношений к этим общественным ценностям (то есть в развитии их социально значимых отношений);

3) в приобретении ими соответствующего этим ценностям опыта поведения, опыта применения сформированных знаний и отношений на практике (то есть в приобретении ими опыта осуществления социально значимых дел).

В воспитании детей подросткового возраста одним из целевых приоритетов является создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников и ценностных отношений к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир.

### КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№ п/п	Название мероприятия	Количество часов	Сроки
1.	Конкурсно-игровая программа «Здоровье и спорт»	1	Сентябрь
2.	Конкурсно-игровая программа «Растём спортивными – вырастаем здоровыми»	1	Ноябрь
3.	Спортивный праздник «Воздух невидимка»	1	Декабрь
4.	Праздник спорта и здоровья «Почёт и слава той семье, где содружество в цене»	1	Февраль
5.	Спортивные соревнования «С физкультурой дружить – здоровым быть!»	1	Апрель
6.	Весёлая эстафета «В здоровом теле – здоровый дух!»	1	Май
Итого часов:		6	

## УЧЕБНО-ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. В.И.Лях, А.А.Зданевич «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов»(М.: Просвещение, 2010г)
2. В.И. Лях «Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников 5-8 класс: Пособие для учителей (М.: Просвещение 2012г.)
3. Дулин А.Л. Баскетбол в школе. Ижевск: Издательство Удм. Ун-та, 1996. 400 с. ил.
4. М. Кук Сто одно упражнение для юных футболистов –М; АСТ; 2003-128с
5. Обучение игре в мини-футбол [Электронный ресурс]: учеб. пособие / АлтГУ; сост: Е.В. Романова, [и др.]. – Электрон. текст. дан. (1,7 Мб). – Барнаул: ФГБОУ ВО «Алтайский государственный университет», 2019. – 1 электрон. опт. диск (DVD)
6. «Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура 5-9 классы. – М. : Просвещение . 2010.(Стандарты второго поколения)
7. Степанов П. В. Программы внеурочной деятельности. Туристско-краеведческая деятельность. Спортивно-оздоровительная деятельность / П. В. Степанов, С. В. Сизяев, Т. Н. Сафронов. — М. : Просвещение, 2011. — 80 с.
8. Техника, тактика, методика обучения: С 73 Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю.Д.Железняк, Ю.М.Портнов, В.П.Савин, А.В.Лексаков; Под ред. Ю.Д.Железняк, Ю.М.Портнова. - 2-е изд., стереотип. - М.: Издательский центр «Академия», 2004. - 520 с.
9. Ю.Д.Железняк, Л.Н.Слупский. Волейбол в школе; Просвет; 1989-127с.