

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВВВР

 Т.В. Дивнич

от «14» апреля 2022 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ гимназии № 2

 И.В. Лемешева

от «15» апреля 2022

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

### «Президентские спортивные игры»

*Возраст обучающихся: 12-14 лет*

*Срок реализации: 1 год*

*Количество детей в группе: 15 чел.*

*Количество групп: 1*

*Количество часов в год: 76*

*Педагог, реализующий программу:*

***Короткая Светлана Александровна,  
педагог дополнительного образования***

ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ) ПРОГРАММЫ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ  
ГИМНАЗИИ №2

Название программы	«Президентские спортивные игры»
Направленность программы	Физкультурно-спортивная
Информация о педагоге, реализующего дополнительную общеобразовательную программу	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Педагог - Короткая Светлана Александровна</li> <li>✓ Уровень образования – высшее. Ульяновский государственный педагогический институт им. И. Н. Ульянова (1991 г.)</li> <li>✓ Профессиональная категория- высшая</li> <li>✓ Соответствие образования профилю-педагог дополнительного образования по профилю.</li> </ul> <p><u>Достижения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Всероссийский день бега «Кросс Нации-2016», уч-ся объединения(7-8 кл.), 3 место.</li> <li>✓ Всероссийские спортивные игры школьников «Президентские спортивные игры» среди уч-ся 2002-2003 г.р в 2017-2018 уч.году., (уч-ся объединения), 3 место.</li> <li>✓ Всероссийские спортивные соревнования школьников «Президентские состязания» среди учащихся 5 классов в 2019-2020 учебном году(уч-ся объединения), 3 место.</li> </ul>
Год разработки	2022 г
Где, когда и кем утверждена дополнительная общеобразовательная программа	Утверждена директором МБОУ гимназией №2 Лемешевой И.В. 15.04.2022 г
Информация о наличии рецензии	нет
Цель программы	Укрепление физического и психического здоровья обучающихся, оптимизация учебной деятельности через занятия спортивными играми.
Основные задачи программы	<p><b>Задачи:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-формировать двигательные умения, реализовывать индивидуальные образовательные интересы, потребности и склонности каждого обучающегося;</li> <li>- развивать учебную мотивацию учащихся, расширять кругозор школьников в области физической культуры и спорта, организации своего досуга;</li> <li>- всесторонне гармонически развивать формы и функции организма, совершенствовать физические способности, укреплять здоровье посредством занятий спортивными играми;</li> <li>- обучать приемам и элементам спортивных игр: баскетбол, волейбол, настольный теннис, шашки. Формировать начальные навыки судейства;</li> <li>- выявлять талантливых детей, приобщать их к участию в соревнованиях «Президентские спортивные игры»;</li> <li>- формировать потребности в самостоятельных занятиях</li> </ul>

	<p>физическими упражнениями для укрепления здоровья, активного отдыха и повышения работоспособности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- развивать познавательные интересы, инициативу, навыки творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями;</li> <li>- совершенствовать личностные качества: целенаправленность, настойчивость, упорство, решительность, выдержку, упорство;</li> </ul>
<p>Ожидаемые результаты освоения программы</p>	<p><b><i>Личностные результаты:</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;</li> <li><input type="checkbox"/> проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;</li> <li><input type="checkbox"/> проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;</li> <li><input type="checkbox"/> оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы</li> <li><input type="checkbox"/> оценивать индивидуальные результаты своего труда.</li> </ul> <p><b><i>Метапредметные результаты</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;</li> <li><input type="checkbox"/> находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;</li> <li><input type="checkbox"/> общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;</li> <li><input type="checkbox"/> обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;</li> <li><input type="checkbox"/> организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;</li> <li><input type="checkbox"/> планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;</li> <li><input type="checkbox"/> анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;</li> <li><input type="checkbox"/> управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми;</li> <li><input type="checkbox"/> технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.</li> </ul> <p><b><i>Предметные результаты:</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> представлять спортивные игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;</li> <li><input type="checkbox"/> оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;</li> <li><input type="checkbox"/> организовывать и проводить со сверстниками спортивные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;</li> </ul>

	<input type="checkbox"/> бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения; <input type="checkbox"/> взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения спортивных игр и соревнований; <input type="checkbox"/> в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять; <input type="checkbox"/> находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы; <input type="checkbox"/> выполнять технические действия, применять их в игровой и соревновательной деятельности; <input type="checkbox"/> применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.
Срок реализации программы	<b>1 год</b>
Количество часов в неделю/год	2 часа/ 76
Возраст обучающихся	12-14 лет
Уровень программы	базовый
Формы занятий	Учебно-тренировочные занятия, самостоятельные тренировки, тренировочные игры на счет, турниры, товарищеские встречи, соревнования, демонстрация видео-материалов.
Методическое обеспечение	На занятии используются различные виды наглядности: показ физических упражнений, двигательных действий, рисунков, видеосюжетов; интернет-ресурсы, журналы и методические пособия по различным видам спорта.
Условия реализации программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.)	Волейбольные стойки, сетка, баскетбольные щиты, набивные мячи, мячи волейбольные, баскетбольные, столы для настольного тенниса, ракетки, мячи, гимнастические скамейки, скакалки, ограничительные стойки, гимнастическая стенка, гимнастические маты, наборы для игры в шашки.

### Аннотация к программе

Программа «Президентские спортивные игры» поможет воспитанию у обучающихся интереса к физкультурно-спортивной деятельности, приобщит к здоровому образу жизни, будет способствовать увеличению двигательной активности обучающихся. В программе обучение спортивным играм сочетается с другими видами двигательной активности: общеразвивающими упражнениями, подвижными играми, упражнениями на развитие физических качеств. Учащиеся получают теоретические и практические знания, выполняя контрольные нормативы и тесты смогут следить за уровнем развития своих физических качеств, принять участие в отборе для участия во ВССШ «Президентские спортивные игры», приобретут инструкторские и судейские навыки. Программа адресована учащимся 12-14 лет (5-8 кл.) и рассчитана на реализацию -76 часов в год.

**Наименование образовательной организации:** МБОУ гимназия 2  
**Направление дополнительного образования:** физкультурно-спортивная  
**Название программы:** «Президентские спортивные игры»  
**Тип программы:** модифицированная  
**Срок реализации программы:** 2022-2023.год.  
**Уровень программы:** базовый  
**Форма обучения:** очная  
**Количество часов:** 76 часов  
**Возраст обучающихся:** 12-14 лет  
**Составитель:** Короткая Светлана Александровна, педагог дополнительного образования

### **Пояснительная записка**

Данная программа носит модифицированный характер, составлена на основе комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов образовательных учреждений, автор В.И. Лях (2012г.), допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации, М.: «Просвещение» 2008г, в соответствии с Федеральным Законом РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273), Приказом Министерства образования и науки РФ от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Приказ № 196, с изменениями), Концепцией развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726-р, новыми едиными санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28, Постановления правительства ХМАО-ЮГРЫ ОТ 9 октября 2013 Г. № 422-П «О ГОСУДАРСТВЕННОЙ ПРОГРАММЕ ХМАО-ЮГРЫ «РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ХМАО-ЮГРЕ НА 2014 - 2020 ГОДЫ».

Реализация образовательной программы осуществляется за пределами ФГОС и федеральных государственных требований, и не предусматривает подготовку обучающихся к прохождению государственной итоговой аттестации по образовательным программам.

Уровень освоения программы: базовый

Направленность программы: физкультурно-спортивная

**Новизна программы.** Программа разработана с учётом интересов обучающихся к тем видам спорта, которые пользуются популярностью в повседневной жизни. Обучение спортивным играм сочетается с другими видами деятельности: общеразвивающими

упражнениями, подвижными играми, упражнениями на развитие физических качеств.

**Актуальность программы.** Программа составлена для привлечения обучающихся к подготовке их к участию в соревнованиях «Президентские спортивные игры». Спортивные игры, имеют важное значение в решении образовательных и воспитательных задач физического воспитания школьников. В комплексе с другими воспитательными средствами представляют собой основу формирования гармонически развитой, активной личности, развивают нравственные, морально-волевые качества, содействуют физическому развитию совершенствованию

Спортивные игры способствуют развитию быстроты, ловкости, координации, выносливости. В спортивных играх детям приходится быстро принимать решения, что способствует развитию мышления, быстроты двигательной реакции. Обязательное соблюдение правил в играх способствует воспитанию выдержки, честности, дисциплины, ответственности перед командой, умению считаться с другими. Игры помогают сплотить детский коллектив, включить в активную деятельность детей замкнутых и застенчивых. Педагог при этом может лучше узнать своих воспитанников, их характер, привычки, организаторские способности, творческие пути воздействия на каждого из детей, помогают установить с ними более тесный контакт. Характерной особенностью спортивных игр является не только богатство и разнообразие, но и свобода их применения, что создает большие возможности для проявления инициативы и творчества. Соревнования по спортивным играм носят характер спортивной борьбы и требуют от участников большого физического напряжения и волевых усилий.

Программа составлена с учетом возрастных особенностей учащихся, направлена на увеличение двигательной активности, приобщение к здоровому образу жизни. Для каждой возрастной группы занимающихся по Программе предусматриваются теоретические, практические занятия, выполнение контрольных нормативов, участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика. Программа поможет воспитанию у обучающихся интереса к спортивно-оздоровительной деятельности; формированию культуры ведения здорового образа жизни; способствует увеличению двигательной активности обучающихся.

**Цель программы:** Укрепление физического и психического здоровья обучающихся, оптимизация учебной деятельности через занятия спортивными играми.

**Задачи:**

- формировать двигательные умения, реализовывать индивидуальные образовательные интересы, потребности и склонности каждого обучающегося;
- развивать учебную мотивацию учащихся, расширять кругозор школьников в области физической культуры и спорта, организации своего досуга;
- всесторонне гармонически развивать формы и функции организма, совершенствовать физические способности, укреплять здоровье посредством занятий спортивными играми;
- обучать приемам и элементам спортивных игр: баскетбол, волейбол, настольный теннис, шашки. Формировать начальные навыки судейства;
- выявлять талантливых детей, приобщать их к участию в соревнованиях «Президентские спортивные игры»;
- формировать потребности в самостоятельных занятиях физическими упражнениями для укрепления здоровья, активного отдыха и

повышения работоспособности;

- развивать познавательные интересы, инициативу, навыки творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями;

- совершенствовать личностные качества: целенаправленность, настойчивость, упорство, решительность, выдержку, упорство;

**Отличительные особенности.** Сложившаяся система проведения Президентских спортивных игр – это универсальный комплекс мероприятий для детей и молодежи, направленный на то, чтобы каждый, смог найти себе в рамках этой системы дело по душе, реализовать себя, профессионально самоопределился, смог эффективно использовать свои знания, умения и физические качества в учебной, творческой, самостоятельной, досуговой физкультурной и спортивной деятельности.

Занятия спортивными играми способствуют формированию у школьников основ здорового образа жизни, активного вовлечения в регулярные занятия спортом и самостоятельной организации своего досуга средствами физической культуры.

В рамках содержания первого раздела занимающейся получают теоретические знания о технике и тактике разнообразных спортивных игр. Знакомятся с гигиеническими требованиями к местам занятий и инвентарем, спортивной одежде и обуви. В ходе бесед занимающееся знакомятся с основными правилами спортивных игр. Учащиеся получают представления о судействе спортивных игр. При изучении технических и тактических приемов применяются как общеобразовательные методы, так и специфические, основанные на активной двигательной деятельности: метод регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы, словесные и сенсорные методы, а также различные средства: подготовительные упражнения, подвижные спортивные игры, игровые упражнения, учебные игры, соревнования. При занятии с учащимися данной возрастной группы большое значение имеет наглядность в обучении. Поэтому при изучении техники выполнения отдельных элементов необходимо использовать рассказ-показ, демонстрацию изучаемого двигательного действия. Закрепление правильных способов выполнения изученных движений до стадии навыка, их дальнейшее совершенствование проводится посредством самостоятельных упражнений занимающихся. Основные методы: игровой, соревновательный. Максимальный эффект обеспечивается лишь при оптимальном сочетании различных средств и методов, выбранных с учетом особенностей спортивной специализации. Восстановление работоспособности происходит путем чередования тренировочных дней и дней отдыха, постепенное возрастание объема и интенсивности занятий (по принципу «от простого к сложному»), проведение занятий в игровой форме.

Рациональное сочетание на занятиях игр и упражнений с интервалом отдыха.

Эмоциональность занятий за счет использования на занятии подвижных игр и эстафет.

#### **Требования к уровню подготовленности учеников для зачисления в образовательное объединение.**

В образовательное объединение зачисляются обучающиеся, прошедшие необходимую подготовку и имеющие навыки на этапе начальной подготовки в области спортивных игр не менее одного года, при условии выполнения ими контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, установленных дополнительной общеобразовательной программой.

#### **Возраст детей, участвующих реализации дополнительной общеобразовательной программы.**

Программа адресована для учащихся 12-14 лет (5-8 класс), группа профильная со сменным составом.

#### **Сроки реализации дополнительной общеобразовательной программы.**

Общеобразовательная дополнительная программа «Президентские спортивные игры» рассчитана на 1 учебный год (38 занятий).

**Контроль** эффективности осуществляется после выполнения тестов по физической подготовленности, тестирования уровня специальной физической подготовленности, зачетов по усвоению знаний теоретических основ программы.

#### **Формы и режим занятий.**

**Продолжительность занятия**- 2 часа, 1 раз в неделю, в год-76.

**Количество детей:** численность группы — 12-15 человек. Обучение строится с учётом возрастных особенностей занимающихся. Образовательный процесс имеет ряд преимуществ:

- занятия в свободное время;
- обучение организовано на добровольных началах всех сторон (дети, родители, педагоги);
- детям предоставляется возможность удовлетворения своих интересов и сочетания различных направлений и форм занятия.

**Формы занятий:** учебно-тренировочные занятия, самостоятельные тренировки, тренировочные игры на счет, турниры, товарищеские встречи, соревнования, просмотр видео- материалов.

### **Раздел I. Ожидаемые результаты освоения программы.**

**(личностные, предметные, метапредметные)**

**Личностные результаты:** личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые приобретаются в процессе освоения программы дополнительного образования «Президентские спортивные игры». Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении учащихся к занятиям, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать приобретенные знания для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве.

Личностные результаты.

*В области познавательной культуры:*

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;
- владение знаниями о функциональных возможностях организма;
- владение знаниями по основам организации и проведения занятий оздоровительной и тренировочной направленности;

*В области нравственной культуры:*

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий игровой и соревновательной деятельности;
- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;



- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

*В области трудовой культуры:*

- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;  
- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

*В области эстетической культуры:*

- умение сохранять красивую осанку и телосложение при разнообразных формах движения и передвижений;  
- культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно.

*В области коммуникативной культуры:*

- владение умением осуществлять поиск информации в области физической культуры и спорта, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях;  
- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

*В области физической культуры:*

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;  
- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;  
- умение максимально проявлять физические способности при выполнении тестовых упражнений;

***Метапредметные результаты:***

*В области познавательной культуры:*

- развитие целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;  
- понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;  
- понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося) поведения.

*В области нравственной культуры:*

- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих;  
- уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;

- ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

*В области трудовой культуры:*

- добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий;

- рациональное планирование своей деятельности, умение организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;

- поддержание оптимального уровня работоспособности в процессе занятий, двигательной деятельности, активное использование занятий для профилактики психического и физического утомления.

*В области эстетической культуры:*

- восприятие красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами, формирование физической красоты с позиций укрепления и сохранения здоровья;

- понимание культуры движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательностью;

- восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.

*В области коммуникативной культуры:*

- владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;

- владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;

- владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника.

*В области физической культуры:*

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения;

- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

- владение способами наблюдения за показателями физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

***Предметные результаты:***

*В области познавательной культуры:*

- знание основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации;

- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

*В области нравственной культуры:*

- способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой, доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;

- умение оказывать помощь занимающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;

- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

*В области эстетической культуры:*

- способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;

- способность организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения координационной направленности, режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;

- способность вести наблюдения за показателями физического развития и подготовленности, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

*В области физической культуры:*

- способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности и физической подготовки;

- регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;

- способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств.

### **Планируемые результаты освоения программы**

Обучающийся должен:

- соблюдать гигиенические требования при занятиях спортом, соблюдать режим дня и вести здоровый образ жизни;

- овладеть элементарной техникой основных элементов спортивных игр;

- самостоятельно участвовать в соревнованиях школьного и городского уровня.

## **Раздел II. Календарный учебный график дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Президентские спортивные игры»**

<b>Реализация дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Президентские спортивные игры»</b>		
<b>Первый год обучения (базовый уровень)</b>		
<b>I полугодие</b>	<b>II полугодие</b>	<b>Итого</b>

Период	Кол-во недель	Кол-во часов	Период	Кол-во недель	Кол-во часов	Кол-во недель	Кол-во часов
01.09.2022-31.12.2022	18 недель	36	09.01.2023-31.05.2023	20 недель	40	38	76
<b>Сроки организации промежуточного и итогового контроля</b>						<b>Формы контроля</b>	
13.12.2022-28.12.2022			15.05.2022 -27.05.2022			Тестирование на выявление силы и гибкости, координационных способностей и др.	

### Учебно-тематический план на 2022/2023 учебный год

№	Наименование раздела, темы	Количество часов		Всего	Формы аттестации (контроля)
		теория	практика		
<b>1.0</b>	<b>Основы знаний</b>	<b>3</b>	<b>-</b>	<b>3</b>	
<b>1.1</b>	«Президентские спортивные игры». Возникновение и развитие ХМАО-ЮГРЕ. История спортивной игры. Развитие спортивной игры в России, в ХМАО-ЮГРЕ. Влияние занятием спортивной игрой на развитие физических и психических качеств человека	<b>0,5</b>	<b>-</b>		текущий
<b>1.2</b>	Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств. Физиологические основы функционирования основных органов и систем организма, возможности их совершенствования средствами физической культуры. Организация самостоятельных занятий по развитию физических качеств.	<b>0,5</b>	<b>-</b>	<b>0,5</b>	текущий
<b>1.3</b>	Функциональные возможности собственного организма, повышения адаптивных свойств организма и физической подготовленности. Основные приемы самоконтроля.	<b>0,5</b>	<b>-</b>	<b>0,5</b>	текущий
<b>1.4</b>	Правила подготовки мест занятий. Инвентарь и оборудование для занятий. Гигиенические требования к одежде, обуви, спортивному инвентарю. Требования безопасности перед началом и после окончания занятий	<b>0,5</b>	<b>-</b>	<b>0,5</b>	текущий
<b>1.5</b>	Оказание помощи при легких ушибах, царапинах и ссадинах,	<b>0,5</b>	<b>-</b>	<b>0,5</b>	текущий

	потертостях.				
<b>1.6</b>	Гигиенические знания и навыки. Режим дня и питания.	<b>0,5</b>	-	<b>0,5</b>	текущий
<b>2.0</b>	<b>Волейбол</b>	<b>2</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	
<b>2.1</b>	Индивидуальные упражнения с мячом		3	<b>3</b>	текущий
<b>2.2</b>	Стойка игрока. Перемещения		2	<b>2</b>	текущий
<b>2.3</b>	Поддачи мяча.		2	<b>2</b>	текущий
<b>2.4</b>	Передачи и прием мяча		4	<b>4</b>	текущий
<b>2.5</b>	Учебные игры по упрощенным правилам		3	<b>3</b>	промежуточный
<b>2.4</b>	Соревнования по волейболу		2	<b>2</b>	итоговый
<b>3.0</b>	<b>Баскетбол</b>	<b>2</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	
<b>3.1</b>	Упражнения для развития быстроты		2	<b>2</b>	текущий
<b>3.2</b>	Упражнения для развития прыгучести	.	1	<b>1</b>	текущий
<b>3.3</b>	Упражнения для развития координации		2	<b>2</b>	текущий
<b>3.4</b>	Индивидуальные упражнения с мячами		4	<b>4</b>	промежуточный
<b>3.5</b>	Игровые взаимодействия		5	<b>5</b>	промежуточный
<b>3.6</b>	Соревнования в учебной группе		2	<b>2</b>	итоговый
<b>4.0</b>	<b>Настольный теннис</b>	<b>1</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	
<b>4.1</b>	Основы техники и тактики игры		1	<b>1</b>	текущий
<b>4.2</b>	Упражнения с мячом и ракеткой		2	<b>2</b>	текущий
<b>4.3</b>	Упражнения, подводящие к игровым комбинациям		2	<b>2</b>	текущий
<b>4.4</b>	Свободные игры		3	<b>4</b>	промежуточный
<b>4.5</b>	Соревнования в учебной группе		1	<b>1</b>	итоговый
<b>5.0</b>	<b>Шашки</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	
<b>5.1</b>	Основы шашечной игры		1	<b>1</b>	текущий
<b>5.2</b>	Шашечные комбинации		2	<b>2</b>	текущий
<b>5.3</b>	Игры в шашки		3	<b>3</b>	промежуточный
<b>5.4</b>	Шашечный турнир в учебной группе		2	<b>2</b>	итоговый
<b>6.0</b>	<b>Подвижные игры</b>	<b>2</b>	<b>11</b>	<b>13</b>	
<b>6.1</b>	Игры на развитие быстроты, ловкости, координации		5	<b>6</b>	текущий
<b>6.2</b>	Подвижные игры на материале спортивных игр.		6	<b>7</b>	текущий

6.	Контрольные тесты	--	4	4	ИТОГОВЫЙ
	Итого количество часов:	12 (в процессе занятий)	64	76	

## Содержание дополнительной общеобразовательной программы

### Раздел 1. Основы теоретических знаний (3 часа).

Возникновение и история спортивной игры. Развитие спортивной игры в России, в ХМАО-ЮГРЕ. Влияние занятий спортивными играми на развитие физических и психических качеств человека. Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств. Организация самостоятельных занятий по развитию физических качеств. Функциональные возможности собственного организма, повышения адаптивных свойств организма и физической подготовленности. Основные приемы самоконтроля. Роль соревнований занимающихся в спортивно- оздоровительных группах, в подготовке спортсменов. Гигиенические требования к одежде, обуви, спортивному инвентарю. Требования безопасности перед началом и после окончания занятий. Оказание помощи при легких ушибах, царапинах и ссадинах, потерях. Гигиенические знания и навыки. Режим дня и питания.

**Раздел 2. Волейбол (18 часов). Теория (2 часа).** Правила игры в волейбол. Правила ТБ. Правила подготовки мест занятий, выбора спортивной одежды. Правила подвижных игр. **Практика (16 часов).** Стойка волейболиста. Передвижения игрока. Техника основных элементов игры. Техника подачи мяча. Техника приемов и передачи мяча. Учебно-тренировочные игры в волейбол. Технические и тактические действия игроков. Подбрасывание мяча; подачи мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола: «Полет мяча», «Попробуй унеси», «Быстрые передачи», «У кого меньше мячей».

**Раздел 3. Баскетбол (18 часов). Теория (2 часа).** Техника элементов баскетбола. Правила игры в мини-баскетбол, стрит-бол. Тактика защиты, тактика нападения. Правила подвижных игр. **Практика (16 часов).** Передвижения. Остановка шагом и прыжком. Поворот на месте. Передача мяча двумя руками от груди и ловля мяча двумя руками на месте и в движении. Передача мяча одной рукой от плеча и двумя руками сверху. Ведение мяча. Броски мяча в корзину одной рукой от плеча с поддержкой другой. Штрафной бросок. Перехват, вырывание, забивание мяча. Использование технических приемов. Ловля и передача мяча двумя и одной рукой. Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке с близкого расстояния. Бросок мяча в корзину со среднего расстояния. Броски мяча в корзину после ведения. Выбивание мяча. Перехват мяча. Борьба за мяч, отскочивший от щита. Тактика игры в нападении: быстрый прорыв, позиционное нападение. Тактика игры в защите: личная и зонная система защиты. Подвижные игры на материале б/б: «Гонка мячей по кругу», «Кто быстрее», «Пятнашки в тройках», «Борьба за мяч», «Мяч в корзину», «Салки с б/б мячом». Игры в стритболл. Соревнования. Помощь в судействе.

**Раздел 4. Настольный теннис (10 часов). Теория (1 час).** Основы техники и тактики игры. **Практика (9 часов).** Правильная хватка ракетки, подачи, удары, сочетания ударов, способы игры. Техника перемещений. Свободные игры на счет. Помощь в судействе.

**Раздел 5. Шашки (10 часов). Теория (2 часа).** История возникновения шашечной игры. Правила игры в «Русские шашки». Основы шашечной игры. **Практика (8 часов).** Расстановка фигур, ходы, шашечные комбинации. Основы шашечной теории. Шашечная композиция.

Игровые взаимодействия. Шашечный турнир.

**Раздел 6. Подвижные игры (13 часов). Теория (2 часа).** Правила подвижных игр. Правила техники безопасности. **Практика (11 часов).** Подвижные игры: «Гонка мячей», «Салки», «Метко в цель», «Подвижная цель», «Эстафета с бегом», «Чехарда», «Мяч среднему», «Перестрелка», «Лапта», «Эстафета с прыжками чехардой», «Борьба за мяч», «Мяч ловцу».

**Раздел 7. Контрольные тесты (4 часа). Практика (4 часа).** Для определения уровня физической подготовленности обучающихся проводится тестирование быстроты, силовых, скоростно-силовых и координационных способностей, гибкости.

### **Раздел III. Календарно-тематическое планирование дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Президентские спортивные игры»**

п/п	Наименование раздела программы, тема занятия	Количество часов		Дата проведения занятий (недели)		Универсальные учебные действия (деятельность учащихся на уроке)	Форма контроля (текущий, промежуточный, итоговый)
		Теория	Практика	План	Факт		
1.	Вводный инструктаж по технике безопасности. Правила безопасности на занятиях волейболом. Тестирование координационных способностей		2	1		Организовывают свою деятельность с учётом требований безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; Выполняют тесты на развитие координационных способностей. Анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда	вводный
2.	Первичный инструктаж по ТБ на рабочем месте. Волейбол. Стойка игрока, передвижения. Индивидуальные упражнения.		2	2		Организовывают свою деятельность с учётом требований безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; Характеризуют понятие «Президентские спортивные игры». Развивают скоростно-силовые способности.	Тренировочное занятие/текущий
3.	Тестирование. Индивидуальные упражнения с в/б мячом		2	3		Организовывают свою деятельность с учётом требований безопасности. Выполняют тесты на развитие скоростно-силовых способностей. Анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда . Выполняет упражнения с в/б мячом	Комбинированный/входной



4.	Волейбол. Поддачи мяча. Тестирование силовых способностей. Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств		2	4		Тестируют силовые способности. Различают упражнения по направленности воздействия. Организуют свою деятельность с учётом требований безопасности. Объясняют роль физической подготовки в развитии физических качеств.	Комбинированный входной
5.	Волейбол. Индивидуальные упражнения с мячом. Передача мяча сверху. Учебно-тренировочная игра в в/б		2	5		Организуют свою деятельность с учётом требований безопасности. Технически правильно выполняют упражнения с мячом. Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство, оказывают помощь сверстникам. Активно включаются во взаимодействие со сверстниками в с/играх.	Тренировочное занятие/текущий
6.	Волейбол. ОРУ с мячами. Передача мяча сверху. Прием мяча снизу. Тестирование ловкости.		2	6		Вырабатывают привычки правильного питания и организации своего режима дня. Технически правильно выполняют упражнения с мячом. Взаимодействуют с игроками своей команды в играх, управляют эмоциями. Проявляют ловкость и координацию. Соблюдают правила безопасности в подвижных играх.	Комбинированный/входной
7.	Волейбол. Передача мяча сверху в парах. Прием мяча снизу. Учебно-тренировочная игра в волейбол		2	7		Взаимодействовать в парах и группах при выполнении учебных заданий. Моделировать технические	Тренировочный/текущий

						действия в игровой деятельности. Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности. Соблюдать правила безопасности. Соблюдают правила безопасности в подвижных играх.	
8.	Волейбол. Прием и передача мяча. П/игра «Быстрые передачи». Учебно-тренировочная игра.		2	8		Моделировать технические действия в игровой деятельности	Тренировочный/текущий
9.	Волейбол. Отработка техники подачи мяча, приемов и передачи мяча.		2	9		Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр. Объяснять технику двигательных действий в игре, анализировать и находить ошибки. Соблюдать правила безопасности. Участвовать в судействе.	Тренировочный/текущий
10.	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Соревнования в учебной группе.		2	10		Взаимодействуют в парах и группах в подвижных играх.	Соревнование/итоговый
11.	Баскетбол. Правила безопасности на занятиях баскетболом. Передвижения, остановки, Ведение мяча. П/игры «Борьба за мяч», «Гонка мячей по кругу», «Кто быстрее»		2	11		Моделируют игровые действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.  Активно включаются во взаимодействие со сверстниками во время игр. Соблюдают правила безопасности	Тренировочный/текущий
12.	Техника ведения, ловли и передачи мяча. Игра «Гонка мячей по кругу», «Пятнашки в тройках». Развитие		2	12		Описывают технику элементов баскетбола, анализируют правильность ее выполнения,	Тренировочный/текущий

	координационных способностей					находят ошибки и способы их исправления. Активно включаются во взаимодействие со сверстниками во время игр Знают правила игр и технику безопасности.	
13.	Баскетбол. Броски мяча по кольцу. П/игры: «Мяч в корзину», «Пятнашки в тройках». Развитие координационных способностей		2	13		Описывают технику броска мяча по кольцу, анализируют правильность ее выполнения, находят ошибки и способы их исправления. Активно включаются во взаимодействие со сверстниками во время игр Организуют свою деятельность с учетом требований безопасности.	Тренировочный/текущий
14.	ОФП. Правила игры в стритболл. Броски мяча по кольцу. П/игра: «Салки с б/б мячом». Учебная игра в стритболл.		2	14		Выполняют упражнения общей физической подготовки. Осваивают броски мяча по кольцу. Включаются во взаимодействия со сверстниками. Соблюдают правила игры и технику безопасности.	Тренировочный/текущий
15.	Учебные игры. Броски по кольцу с разных точек зала. Развитие координационных способностей.		2	15		Описывают технику элементов баскетбола. Анализируют правильность выполнения учебных заданий, находят ошибки и способы их исправления. Активно включаются во взаимодействие со сверстниками во время игр Знают правила игр и технику безопасности.	Тренировочный/текущий

16.	Первая помощь при легких ушибах, царапинах и ссадинах, потертостях. Индивидуальные упражнения с б/б мячами. Игровые взаимодействия. Игры.		2	16		Описывают технику элементов баскетбола. Анализируют правильность выполнения учебных заданий, находят ошибки и способы их исправления, управляют эмоциями и соблюдают правила игры. Активно включаются во взаимодействие со сверстниками во время игр. Знают правила игр и технику безопасности. Овладевают навыками оказания первой помощи при легких ушибах, царапинах и ссадинах, потертостях.	Тренировочный/текущий
17.	ОРУ с набивными мячами. П/игры: «Борьба за мяч», «Стритбол».		2	17		Различают упражнения по направленности воздействия. Описывают технику ведения мяча. Анализируют правильность ее выполнения. Соблюдают правила игры и технику безопасности.	Тренировочный/текущий
18.	ОРУ. Обманные движения, выбивание, перехват мяча. Обводка соперника. Свободные игры в стритбол.		2	18		Взаимодействуют с игроками своей команды при атакующих и защитных действиях, управляют эмоциями и четко соблюдают правила игры в баскетбол.	Тренировочный/текущий
19.	ОРУ. Обманные движения, выбивание, перехват мяча. Обводка соперника. Свободные игры в стритбол.		2	19		Активно включаются во взаимодействие со сверстниками во время игры. Воспитывают	

20.	Соревнования по стритболлу в учебной группе.		2	20		дисциплинированность, трудолюбие и упорство, управляют своими эмоциями, оказывают помощь сверстникам	Соревнования/итоговый
21.	ОРУ. ОФП. Подвижные игры на развитие быстроты, ловкости и координации.		2	21		Развивают физические качества. Взаимодействуют с игроками во время подвижных игр, управляют эмоциями и четко соблюдают правила игры. Активно включаются во взаимодействие со сверстниками во время игры. Воспитывают дисциплинированность, трудолюбие и упорство, управляют своими эмоциями, оказывают помощь сверстникам	Тренировочный/ текущий
22.	Подвижные игры на развитие быстроты, ловкости и координации. П/игры «Перестрелка», «Пионербол»		2	22		Организовывают свою деятельность в подвижных играх с учётом требований безопасности. Взаимодействуют с игроками во время подвижных игр, управляют эмоциями и четко соблюдают правила игры. Активно включаются во взаимодействие со сверстниками во время игры Осваивают правила судейства.	Тренировочный/текущий
23.	Настольный теннис. Правила безопасности на занятиях. Правильная хватка ракетки, подачи,		2	23		Соблюдают правила безопасного поведения в игре настольный теннис. Знают назначение инвентаря и	Тренировочный/ текущий

	удары. Техника перемещений. Правила игры.					оборудования. Описывают технику упражнений. Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство, управляют своими эмоциями. Овладевают навыками игры в настольный теннис.	
24.	Настольный теннис. Подачи, удары. Техника перемещений. Правила игры. Развитие координационных способностей.		2	24		Развивают координационные способности. Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство, управляют своими эмоциями. Овладевают навыками игры в настольный теннис. Соблюдают правила безопасности.	Тренировочный/текущий
25.	Настольный теннис Тренировка упражнений с мячом и ракеткой. Изучение подач. Свободные игры. П/игра «Перестрелка»		2	25		Взаимодействуют с игроками своей команды при атакующих и защитных действиях, управляют эмоциями и четко соблюдают правила игры.	Тренировочный, игровой/текущий
26.	Настольный теннис. Тренировка ударов «накат» справа и слева. Сочетание ударов. Свободные игры.		2	26		Выполняют приемы игры технически правильно. Взаимодействуют с игроками. Управляют эмоциями и соблюдают правила безопасности в играх.	Тренировочный, игровой/текущий
27.	ОРУ на гимнастической стенке, с набивным мячом. Игры на счет.		2	27		Выполняют приемы игры технически правильно. Взаимодействуют с игроками своей команды. Управляют эмоциями и соблюдают правила игры в настольный теннис.	Тренировочный, соревнования/итоговый

28.	Индивидуальные упражнения с мячом и ракеткой. Свободные игры в н/теннис. Соревнования.		2	28		Развивают выносливость. Взаимодействуют с игроками своей команды, управляют эмоциями и соблюдать правила игры.	Тренировочный, соревнования/итоговый
29.	Шашки. Правила игры в «Русские шашки». Игры в в/б, б/б.		2	29		Знают правила игры в «русские шашки». Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство, управляют своими эмоциями, оказывать помощь сверстникам. Участвуют в судействе.	Тренировочный, игровой/текущий
30.	Шашки. Правила игры в «Русские шашки». Свободные игры. Правила игры «Лапта». Ловля и передача мяча, осаливание. Двусторонняя игра. .		2	30		Знают правила игр «Русские шашки», «лапта». Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство, управляют своими эмоциями, оказывать помощь сверстникам. Участвуют в судействе.	Тренировочный, игровой/текущий
31.	Организация самостоятельных занятий по развитию физических качеств. ОРУ. П/игра «Лапта». Свободные игры в шашки.		2	31		Соблюдают правила безопасного поведения. Овладевают навыками самостоятельных занятий по развитию физических качеств. Знают правила игр. Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство, управляют своими эмоциями, оказывать помощь сверстникам. Участвуют в судействе.	Тренировочный, игровой/текущий
32.	ОРУ. Упражнения на развитие выносливости. .Игра в «шашки».		2	32		Выполняют ОРУ. Различают упражнения по направленности	Тренировочный, игровой/текущий

						воздействия. Активно включаются во взаимодействие со сверстниками. Взаимодействуют с игроками своей команды при атакующих и защитных действиях, управляют эмоциями и четко соблюдают правила игры.	
33.	ОРУ в парах. «Эстафета с прыжками чехардой». П/игры: «Лапта». Турнир по шашкам.		2	33		Осваивают и выполняют ОРУ в парах. Знают и соблюдают правила подвижных игр. Взаимодействуют с игроками своей команды при атакующих и защитных действиях, управляют эмоциями. Осваивают навыки судейства.	Игровой, соревнования/итоговый
34.	П/игры: «Лапта», «Салки с б/б мячом». Турнир по шашкам.		2	34		Соблюдают правила безопасного поведения. Знают правила игр. Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство, управляют своими эмоциями, оказывать помощь сверстникам. Осваивают навыки судейства.	Игровой, соревнования/итоговый
35.	ОРУ. Тестирование силовых способностей. Игры и эстафеты на развитие быстроты и координации.		2	35		Анализируют показатели тестирования силовых способностей. Соблюдают правила безопасного поведения в игре. Управляют эмоциями и четко соблюдают правила игры.	Тестирование, игровой/итоговый
36.	Соревнования по подвижной игре		2	36		Анализируют показатели	Комбинированный/итоговы



	«Перестрелка» в учебной группе. Тестирование скоростно-силовых способностей					тестирования скоростно-силовых способности. Соблюдают правила безопасного поведения. Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство, управляют своими эмоциями, оказывать помощь сверстникам.	й
37.	Тестирование координационных способностей. Соревнование по подвижной игре «Лапта» в учебной группе.		2	37		Анализируют показатели тестирования координационных способностей. Взаимодействуют с игроками своей команды в подвижных играх, развивают выносливость. Организуют свою деятельность в подвижных играх с учётом требований безопасности.	Комбинированный/итоговый
38.	Тестирование силы и гибкости. Подвижные и спортивные игры.		2	38		Анализируют показатели тестирования проявления силы и гибкости. Соблюдают правила безопасного поведения в подвижных и спортивных играх.	Тестирование, соревнования/итоговый

### Условия реализации программы

Теоретическая часть занятий включает в себя знакомство с гигиеническими требованиями к местам занятий и инвентарю, спортивной одежде и обуви, словесное изложения основ техники безопасности, техники выполнения двигательных действий и задач, объяснения правил игры и правил соревнований. Учащиеся получают представления о судействе спортивных игр. Практические занятия включают в себя общую и специальную физическую и техническую подготовку различных видов спортивной деятельности. Программой предусмотрен контроль за уровнем физической подготовки, овладением двигательными действиями (участие в соревнованиях, турнирах)

Методы, используемые при проведении занятий: метод круговой тренировки, репродуктивный, поточный, игровой, соревновательный. Ведущей формой организации обучения является групповая, индивидуальная. При изучении технических и тактических приемов применяются как общеобразовательные методы, так и специфические, основанные на активной двигательной деятельности: метод

регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы, словесные и сенсорные методы, а также различные средства: подготовительные упражнения, подвижные спортивные игры, игровые упражнения, учебные игры, соревнования. Закрепление правильных способов выполнения двигательных действий, и их совершенствование проводится посредством самостоятельных упражнений занимающихся. Восстановление работоспособности происходит путем чередования нагрузки и отдыха, постепенного возрастания объема и интенсивности занятий (по принципу «от простого к сложному»), проведение занятий в игровой форме.

Для определения уровня физической подготовленности обучающихся проводится тестирование силовых, координационных способностей, выносливости, быстроты и гибкости

Программа построена на принципах доступности, систематичности, преемственности. Для реализации программы используются здоровьесберегающая образовательная технология, технология личностного совершенствования, игровая, информационно-коммуникативная. Используемые технологии позволяют формировать: позитивный двигательный опыт, творческое мышление, способствуют развитию целостной, физически развитой личности, способной активно использовать средства физической культуры для укрепления и длительного сохранения своего здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

### **Формы аттестации учащихся**

Основными показателями выполнения программных требований являются успешность применения различных форм и методов.

#### **Методы определения результата:**

- педагогическое наблюдение;
- оценка уровня физической подготовленности;
- соревновательный;

#### **Формы определения результата:**

- стабильность состава занимающихся;
- посещаемость тренировочных занятий;
- динамика индивидуальных показателей развития физических качеств занимающихся;
- выполнение контрольно-переводных нормативов по общей и специальной физической подготовке;
- участие в турнирах, соревнованиях в учебной группе, соревнованиях «Президентские спортивные игры», спортивных праздниках.

В конце учебного года обучающиеся сдают контрольно-переводные нормативы по общей физической подготовке и специальной физической подготовке.

Для отслеживания результативности образовательного процесса и диагностики успешности усвоения программного материала используются следующие виды контроля:

**Входной** – проверка знаний и умений учащихся на начальном этапе освоения программы (входной контроль проводится на первом вводном занятии путем проведения собеседования, анкетирования или тестирования с последующим анализом результатов). Позволяет выявить уровень подготовленности и возможности обучающихся для занятия данным видом деятельности.

**Текущий** - проводится после прохождения каждой темы, чтобы выявить пробелы в усвоении материала и развитии обучающихся.

**Промежуточный**- после освоения каждого раздела программы

**Итоговый** - проводится в конце срока обучения по программе и позволяет оценить уровень результативности усвоения программы за год. Форма проведения: тестирование, сдача контрольных нормативов.

Для реализации программы используются различные виды тестирования физической подготовленности и физического развития, тестирование специальной физической подготовленности, зачеты по усвоению знаний теоретических основ физической культуры и спорта, навыков здорового образа жизни.

### **Пакет оценочных материалов и критерии оценивания**

#### **Контроль и оценка освоения учебной дисциплины**

##### **Раздел: Волейбол**

- согласование своих движения с траекторией и скоростью полета мяча;
- расположение игроков на площадке (своих и соперников);
- определение действий других игроков;
- анализ игровой обстановки;
- умение выполнять технические приемы.

Сдача контрольного норматива.

##### **Оценка практического задания:**

№	Контрольное упражнение	Оптимальный	Достаточный	Низкий
1.	Передача мяча сверху двумя руками над головой (раз)	10-12	5-10	3-5
2.	Передача мяча сверху двумя руками в парах (раз)	8-10	5-8	3-5
3.	Передача мяча - нижняя или верхняя прямая, из 5 подач (раз)	4-5	3	1-2

##### **Критерии оценки за технику**

- оценка «отлично» — двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко; обучающиеся по заданию преподавателя используют их в нестандартных условиях;
- оценка «хорошо»— двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений;
- оценка «удовлетворительно» — двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению. Обучающийся по заданию преподавателя не может выполнить его в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях;

- оценка «неудовлетворительно», двигательное действие выполнено неправильно, с грубыми ошибками, неуверенно, нечетко.

### **Раздел: Баскетбол**

- согласование своих движений с траекторией и скоростью полета мяча;
- расположение игроков на площадке (своих и соперников);
- определение действия других игроков;  
быстро анализировать игровую обстановку;
- умение выполнять технические приемы.

#### **Оценка практического задания:**

№	Контрольное упражнение	оптимальный	достаточный	низкий
1.	Штрафной бросок (из 5 попыток)	3	2	1
2.	Ведение мяча правой и левой рукой (обводка стоек)	Учебное задание выполнено без ошибок на оптимальной скорости	Учебное задание выполнено с 1-2 мелкими ошибками на оптимальной скорости	Учебное задание выполнено со значительными ошибками на оптимальной скорости

#### **Критерии оценки за технику**

- оценка «отлично» — двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко; обучающиеся по заданию преподавателя используют их в нестандартных условиях;
- оценка «хорошо» — двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений;
- оценка «удовлетворительно» — двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению. Обучающийся по заданию преподавателя не может выполнить его в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях;
- оценка «неудовлетворительно», двигательное действие выполнено неправильно, с грубыми ошибками, неуверенно, нечетко.

### **Раздел: Настольный теннис**

- способность контролировать и управлять мячом в воздухе;
- специальная ловкость: «чувство мяча и ракетки»
- уровень владения техникой подач

#### **Оценка практического задания:**

№	Контрольное упражнение	оптимальный	достаточный	низкий
1.	Набивание мяча(жонглирование) ладонной стороной ракетки стоя на месте за 1 мин(кол-во раз)	40	30	20
2.	Набивание мяча(жонглирование) поочередно ладонной и тыльной стороной ракетки(кол-во раз)	40	30	20
3	Подачи мяча накатом на сторону соперника (10 подач)	8-10	6-8	4-6
4.	Тест на координацию: равновесие на одной ноге (другая согнута и прикасается к колену опорной ноги)	20-30 сек	10-20 сек	Менее 10 сек

Соревновательные игры помогают оценить уровень владения мячом и ракеткой, технику владения.

#### **Раздел: Шашки**

Результативность обучения по этому разделу определяется с помощью устного опроса, конкурсов и задач по решению шашечных комбинаций, участия в соревнованиях, турнирах.

*Оценка результатов выполнения практических заданий по разделам программы:*

- выполнение на низком уровне- 1 балл;
- достаточном уровне- 2 балла;
- оптимальном уровне- 3 балла;
- результативное участие в соревнованиях, турнирах(1-3 места) -3 балла;
- активное участие в соревнованиях, турнирах- 2 балла;
- не активное участие в соревновательной деятельности- 1 балл;

*Оценка уровня общей физической подготовки* производится после выполнения всех видов испытаний. Выводится средний балл за уровень физической подготовки.

- выполнение на низком уровне -1 балл;
- на среднем -2 балла;
- на высоком-3 балла;

По окончании освоения программы «Президентские спортивные игры», обучающимся необходимо получить «зачет» по основам теоретических знаний (при условии включения данного вида испытания педагогом ДО в программу итоговой аттестации), получить итоговый балл по практической подготовке от 10-12 баллов и более, и сдать контрольные нормативы по ОФП. Баллы за выполнение практических испытаний и за уровень по физической подготовке суммируются для получения итогового балла за освоение программы. Итоговая оценка результатов представляется по шкале: «образовательная программа освоена»/ «образовательная программа не освоена».

**Контрольно-измерительные тесты для  
оценки уровня физической подготовленности**

Физическое качество	Контрольное упражнение	Класс	Уровни					
			мальчики			девочки		
			высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
Координация	Челночный бег 4*9 м(с)	5	10.2	10.7	11.5	10.5	11.0	11.7
		6	10.0	10.5	11.3	10.3	10.7	11.5
		7	9.8	10.2	10.8	10.1	10.5	11.2
		8	9.7	10.1	10.7	10.0	10.4	11.1
Быстрота	Прыжки ч/з скакалку, за 15 секунд	5	32	30	28	36	34	32
		6	34	32	30	38	36	34
		7	36	34	32	40	38	36
		8	37	35	31	41	39	37
Выносливость	Бег 500 метров(мин/с)	5	2:15	2:50	3:05	2:50	3:05	3:20
		6	2.00	2.20	2.40	2.20	2.40	3.00
		7	1:45	2:10	2:30	2:10	2:35	3:15
Сила	Подтягивание на высокой перекладине(кол. раз)	5	5	4	1	-	-	-
		6	7	5	3	-	-	-
		7	8	6	4	-	-	-
		8	9	6	5	-	-	-
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимания),(кол.раз)	5	17	12	7	12	8	3
		6	20	15	10	15	10	5
		7	23	20	15	17	12	8
		8	25	18	12	20	15	12
Гибкость	Наклон вперед из положения сидя(см)	5	9	5	-1	12	9	5
		6	11	6	-2	15	10	6
		7	13	7	2	16	12	7
		8	14	8	4	18	14	9

Скоростно-силовые	Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин(кол.раз)	5	35	30	20	30	20	15
		6	37	35	25	35	30	16
		7	42	37	28	37	32	18
		8	45	38	29	41	34	20

### Содержание и методика проведения контрольных испытаний

**Челночный бег 4 х 9м.** Выполняется с высокого старта. На расстоянии 9 м стоят стойки, испытуемый добегают до стойки, касается пола рукой, после чего начинает бег в обратную сторону. Время фиксируется с момента старта до пересечения линии финиша.

**Бег 30м.** Выполняется с высокого старта. Замеряется время преодоления дистанции до пересечения финишной линии.

**Бег 500м,1000 м.** Выполняется с высокого старта на спортивном стадионе или в спортивном зале. Фиксируется время пробегания дистанции.

**Прыжки боком через гимнастическую скамейку за 30 сек.** Учащийся выполняет прыжки через гимнастическую скамейку боком в течении 30 секунд. Подсчитывается количество сделанных прыжков.

**Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.** Исходной положение: упор лежа, голова – туловище – ноги составляют прямую линию. Сгибание рук выполняется до касания грудью пола, не нарушая прямой линии тела, а разгибание до полного выпрямления рук, при сохранении прямой линии голова – туловище – ноги. Одна попытка.

**Поднимание туловища из положения лежа на спине.** Исходное положение: руки за головой, пальцы рук – в замок, ноги согнуты в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей одной попытке за 1 мин.

**Прыжки на скакалке за 15 секунд.** Учащийся выполняет прыжки через скакалку, вращением скакалки вперед, на двух ногах. Подсчитывается количество прыжков за 15 сек.

**Наклон вперед из положения сидя.** Учащийся сидя на гимнастическом коврике, ноги на ширине плеч, выполняет наклон вперед (ноги прямые, руки вытянуты вперед). Фиксируется касание руками измерительной линейки.

**Подтягивания на высокой перекладине(мальчики).** Из положения виса на высокой перекладине, хватом сверху, ноги вместе, туловище прямое, выполняются сгибания рук и разгибания рук (подбородок выше перекладины).

### Методическое обеспечение программы

Методические материалы для педагога	Материалы для учащегося	Материально-техническое оснащение
1. С. Н. Анискина, Методика обучения технике баскетбола / С.Н. Анискина - М.: Физкультура и спорт, 1986. - 80 с. 2. В.З Бабушкин./ Подготовка юных баскетболистов. Учебно-методическое	1. А. П. Матвеев, Физическая культура для 5 – 6 – 7- 8 классов М. «Просвещение» 2020г.	Волейбольные стойки, сетка, баскетбольные щиты, набивные мячи, мячи волейбольные,

<p>пособие/ - Киев, 1985. 58 с.</p> <p>3. Э. Найминова. Спортивные игры на уроках физкультуры. Книга для учителя. - Ростов-н/ Д: «Феникс», 2001 г.</p> <p>4. Л. П. Матвеев. Теория и методика физической культуры: учебник для институтов физ. культуры. - Москва, «Физкультура и спорт» 1991 год.</p> <p>5. Журналы «Физическая культура в школе», «Физкультура и спорт», «Спорт в школе»; 2015-2018 гг.</p> <p>6. А.Н. Амелин. Современный настольный теннис. М.: ФиС, 2004</p> <p>7. Ю. П. Байгулов. Основы настольного тенниса. М.:М.: ФиС, 2004</p> <p>8. Г.С. Захаров. Настольный теннис: Теоретические основы. Ярославль, Верхневолжское книжное издательство, 2005</p> <p>9. Г.И. Погадаев «Народные игры» во внеурочное время., Москва, «Дрофа» 2010г.</p> <p>10. Ю.Д. Железняк 120 уроков по волейболу / Ю.Д. Железняк. - М.: ЁЁ Медиа, 2017.</p> <p>11. Ник Сортэл. Баскетбол: 100 упражнений и советов для юных игроков. М. 20014г.</p> <p>12. Г.А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов «Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол», издательство Просвещение, 2012 г.</p> <p>13. А. Д. Злобинский. «Размышления за шашечной доской», 192 с., 2016 г.</p> <p>14. Г. И. Хацкевич, «25 уроков шашечной игры», 2017 г</p> <p>Тематические презентации, видеоматериалы по темам.</p> <p><b>Ресурсы Интернета:</b>  <a href="http://www.ucheba.com">http://www.ucheba.com</a> - Информация учебно-методического плана: учебные планы и программы, программы, сопровождаемые учебно-методическими документами; образовательные стандарты и документы, которые публикует Минобрнауки России.  <a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> - газета «Спорт в школе»  <a href="http://www.it-n.ru/">http://www.it-n.ru/</a> - Сеть творческих учителей.  <a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> –Федеральный портал «Российское образование».  <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> Российская электронная школа</p>	<p>2. Ю. П. Байгулов. Основы настольного тенниса. М.:М.: ФиС, 2004</p> <p>3. Журналы «Физическая культура в школе», «Физкультура и спорт», «Спорт в школе»; 2017-2020 гг.</p> <p>4. А. Д. Злобинский, «Размышления за шашечной доской», 192 стр. 2016 г.</p> <p>5. Б. М. Блиндер и А.А. Косенко, «Середина игры в русские шашки», 132 стр; 2005 г.</p> <p>6. Э. Найминова. Спортивные игры на уроках физкультуры. Книга для учителя. - Ростов-н/ Д: «Феникс», 2001 г.</p> <p><a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a> - Сайт «Физкульт-УРА!»  <a href="http://www.shashkivsem.ru/kombinacii-russkie-shashki-1">http://www.shashkivsem.ru/kombinacii-russkie-shashki-1</a> -Шашки всем  <a href="https://v-damki.com/task.html">https://v-damki.com/task.html</a> -Задачи по шашкам онлайн</p>	<p>баскетбольные, столы для настольного тенниса, ракетки, мячи, гимнастические скамейки, скакалки, ограничительные стойки, гимнастическая стенка, гимнастические маты, наборы для игры в шашки.</p>
---	--	---