УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЕМ АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ БЕЛОРЕЧЕНСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА №3 ГОРОДА БЕЛОРЕЧЕНСКА МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ БЕЛОРЕЧЕНСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Принята на заседании
педагогического совета МБУ ДО СШ 3
от 07.07.2026г.
Протокол №5

Утверждаю
И.о.директора МБУ ДО СШ 3
_____ Е.А.Шипова
Приказ № 68-1-ОД от 07.07.2026г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ «СПОРТИВНОЕ ЛЕТО»

Уровень программы: ознакомительный
Срок реализации программы: краткосрочная, 8 недель (32 часа)
Возрастная категория: от 6 до 18 лет
Форма обучения: очная
Вид программы: модифицированная
Программа реализуется на бюджетной основе
ID-номер Программы в Навигаторе: 64844

Авторы-составители:
Павлюкова М.А. – заместитель директора по методической работе
Гайткулова В.В. - старший тренер-преподаватель отделения настольного тенниса
Сердитых О.А. - старший тренер-преподаватель отделения шахмат
Агапова Н.Г. – старший тренер-преподаватель отделения плавания

г. Белореченск, 2026 г.

Содержание программы

РАЗДЕЛ 1.
КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ
1.1. Пояснительная записка 3
1.2. Цель и задачи программы 6
1.3. Учебный план 7
1.4. Содержание программы 7
1.5. Планируемые результаты 9
РАЗДЕЛ 2.
КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ
2.1. Календарный учебный график 10
2.2. Условия реализации программы 10
2.3. Формы аттестации 12
2.4. Методическое материалы 12
РАЗДЕЛ 3.
ВОСПИТАНИЕ
3.1. Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей 14
3.2. Формы и методы воспитания 15
3.3 Условия воспитания, анализ результатов 16
3.4. Календарный план воспитательной работы 16
3.5 Список литературы 17

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативно-методические основы разработки программы представлены в следующих нормативно-правовых документах:

1. Федеральный Закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон Российской Федерации от 24 июля 1998 г. № 124- ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
3. Федеральный закон от 13 июля 2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере»;
4. Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
5. Указ Президента Российской Федерации от 24 декабря 2014 г. № 808 «Об утверждении Основ государственной культурной политики»;
6. Указ Президента Российской Федерации от 9 июля 2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации»;
7. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;
8. Концепция развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 28 декабря 2021 г. № 3894-р;
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
11. Правила применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, утвержденные постановлением Правительства Российской Федерации от 11 октября 2023 года № 1678;
12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13 марта 2019 г. № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального

обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

13. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 5 августа 2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ»;

14. Письмо Министерство просвещения Российской Федерации от 29 сентября 2023 г. № АБ-3935/06 «О методических рекомендациях»;

15. Письмо Минобрнауки России от 18 ноября 2015 № 09-3242 "О направлении информации" (вместе с "Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)");

16. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28 апреля 2017 г. № ВК-1232/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей»).

17. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02 июня 2026 г. № 19 «СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания, обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 02 июня 2026 г., регистрационный № 86855). Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Спортивное лето» (далее - программа) предназначена для спортивно-оздоровительных групп.

В процессе решения задач оздоровления обучающихся возрастает роль и значение физического воспитания, которое должно обеспечить необходимую для организма двигательную активность, укрепление мышечной системы, воспитание правильной осанки, что имеет важное значение для закаливания организма, повышая его сопротивляемость к простудным и инфекционным заболеваниям.

Забота о здоровье детей и подрастающего поколения вызывает необходимость совершенствования работы по физическому воспитанию, поиска и применения разнообразных средств, форм и методов.

Направленность программы - физкультурно-спортивная.

Новизна в ее социальный направленности. Программа предоставляет возможности детям, не получившим ранее практики занятий каким-либо видом спорта, имеющим различный уровень физической подготовки, приобщиться к активным занятиям спортом, получить социальную практику общения в детском коллективе.

Практическая значимость Программы заключается в увеличении количества детей, систематически занимающих физической культурой и спортом с целью укрепления здоровья и пропаганды здорового образа жизни.

Актуальность - программа способствует комплексному решению задач сохранения и укрепления здоровья обучающихся с учетом возрастных и индивидуальных особенностей организма.

В программе представлен материал по практической и теоретической подготовке, годовой план распределения учебных часов. Большое внимание

уделяется контролю за дыханием и элементам корригирующей гимнастики. Также предусмотрен вопрос самостоятельных занятий в домашних условиях, предложены примерные комплексы утренней гигиенической гимнастики для разновозрастных групп.

Программа предусматривает помощь тренеру-преподавателю во всестороннем контроле уровня физической подготовленности обучающихся.

Отличительные особенность состоит в том, что данная программа является продолжением дополнительных общеразвивающих программ ознакомительного уровня по видам спорта, реализуемых в соответствии с социальным сертификатом. Программы, реализуемые в соответствии с социальным сертификатом, рассчитаны на 17 недель и завершаются в середине мая, поэтому в МБУ ДО СШ 3 возникла необходимость в краткосрочной программе, которая завершит учебный год, и позволит обеспечить занятость детей и подростков в летний период. Обучающиеся могут быть зачислены на программу «Спортивное лето» переводом с дополнительных общеразвивающих программ ознакомительного уровня по видам спорта, реализуемых в соответствии с социальным сертификатом.

Адресат программы - обучающиеся, завершившие обучение по дополнительным общеразвивающим программам ознакомительного уровня, реализуемых в соответствии с социальным сертификатом и зачисленные на дополнительную общеразвивающую программу физкультурно-спортивной направленности «Спортивное лето».

В случае недобора обучающихся в группах, возможен дополнительный набор обучающихся в возрасте 6-18 лет, независимо от пола, спортивной подготовки, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий в спортивно-оздоровительных группах.

Запись на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу физкультурно-спортивной направленности «Спортивное лето» осуществляется через систему заявок на сайте «Навигатор дополнительного образования детей Краснодарского края» http//p23.навигатор.дети/.

Уровень Программы - ознакомительный. Объем Программы - краткосрочная, 32 часа. Срок реализации Программы - 8 недель. Форма проведения занятий: групповая форма с ярко выраженным индивидуальным подходом. Режим занятий – программа рассчитана на проведение 2-х занятий в неделю по 2 академических часа каждое (возможно проведение 4 занятий по 1 академическому часу). Продолжительность одного академического часа -45 минут.

Особенности организации образовательного процесса: в соответствии с учебным планом в сформированных группах обучающихся разного возраста, являющихся основным составом группы.

Состав группы - постоянный. Количество детей в группах - от 15 до 25 человек. Группа открывается при наличии 15 человек.

Виды занятий - беседы, тренировочные занятия, спортивные игры, эстафеты, творческие занятия.

Условия финансирования - бюджетная основа (муниципальное задание).

Образовательные технологии: игровые, личностно-ориентированное обучение, педагогическое сотрудничество, диалоговое обучение.

Состав учебной группы: постоянный.

Для построения эффективной и в то же время безопасной программы соблюдается принцип соответствия величины нагрузки возможностям занимающихся. В процессе обучения выбирают и применяют те средства и методы, с помощью которых можно быстрее и эффективнее решить поставленные задачи.

Минимальный состав группы 15 человек, максимальный 25 человек разного пола.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: формирование устойчивых мотивов и потребностей, обучающихся в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры и спорта в организации здорового образа жизни.

Для достижения данной цели программа предусматривает выполнение следующих **задач:**

предметные:

- обучение основам техники разных видов спорта;
- привитие навыков соревновательной деятельности.

личностные:

- укрепление здоровья, закаливание организма;
- воспитание специальных способностей (гибкости, быстроты, ловкости);
- формирование физически и нравственно развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры и спорта для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

метапредметные:

- привлечение максимально возможного числа детей к систематическим занятиям спортом;
- формирование стойкого интереса к занятиям;
- всестороннее гармоническое развитие физических способностей.

1.3 Учебный план

Учебный план рассчитан на 8 недель (32 часа)

№ п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	1	0	1	опрос
2	Общеразвивающие жнения	5	1	4	наблюдение
3	Подвижные игры, эстафеты, вые упражнения, плавание, шахматы, настольный теннис	24	1	23	Наблюдение, зачет юдение, зачет
4	Контрольные занятия	2	0	2	Контрольная
	Всего	**32**	2	30	

1.4. Содержание программы

Тема №1: Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. «Беседа по безопасности в летний период». (1 час)

Тема №2: Общеразвивающие упражнения (5 часов)

Теоретическое занятие (1 час): «Роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни человека, профилактики наркомании и вредных привычек (табакокурение, алкоголизм и др.)».

Практические занятия (9 часов):

- комплекс общеразвивающих упражнений для тренировочного занятия;
- ходьба и бег различными видами, прыжки разными способами и из разных исходных положений; с различной амплитудой, траекторией и направлением движений;
- подвижные игры, оздоровительный бег, игры-эстафеты с использованием общих развивающих упражнений;
- упражнения на развитие общей выносливости, ловкости, гибкости.
- комплекс упражнений с предметами.

Тема №3: Подвижные игры, эстафеты и игровые упражнения (24 часа)

Теоретическое занятие (2 часа): Отработка некоторых элементов игры в футбол (ведение мяча, передача в парах), в волейбол (способы подачи мяча, работа в парах), в баскетбол (ведение мяча, броски в кольцо). Плавание-подготовительные упражнения по освоению с водой, общеразвивающие, специальные и имитационные упражнения на суше. Настольный теннис-основные термины и понятия в настольном теннисе. Размеры стола (названия и назначения линий стола) и правила игры. Классификация ударов в настольном теннисе, способы держания (хватки) ракетки. Шахматы- Знакомство с шахматной доской. Белые и черные поля. Расположение доски между партнерами. Горизонтали и вертикали. Диагональ. Большие и короткие диагонали.

Практические занятия (22 часа):

Подвижные игры и игровые упражнения:

«Футбол»

- Передачи мяча.
- Ведение и обводка мяча.
- Отбор мяча.
- Вбрасывание мяча.
- Удары по мячу.
- Игра вратаря.
- Тактика: защита, нападение.
- Свободная игра.
- Игра на счёт.

«Волейбол»

- Ведение мяча.
- Касание мяча.
- Броски мяча из-за линии.
- Блоки, атакующие удары.
- Прием мяча, распасовка и завершающий удар атаки.
- Грамотное ведение атаки.
- Блокировка атакующих действий противника.

«Баскетбол»:

- Ведение мяча.
- Броски мяча в кольцо.
- Овладение мячом и противодействия.
- Отвлекающие приёмы.
- Индивидуальные тактические действия в нападении и защите.
- Групповые тактические действия в нападении и защите.
- Командные тактические действия в нападении и защите.
- Двусторонняя игра.
- «Борьба за мяч».
- «Мяч капитану».
- Эстафеты: командные, бег с предметом, челночный бег.

«Плавание»:

- Подготовительные упражнения в воде для начального обучения технике спортивных способов плавания.
- Учебные прыжки в воду.
- Подвижные игры с элементами плавания.

«Настольный теннис»

- Способы держания (хватки) ракетки.
- Разновидности ударов.
- Разновидности подач.

«Шахматы»

- Белые, черные, ладья, слон, ферзь, конь, пешка, король.
- Расстановка фигур.
- Ход фигур.
- Ценность фигур.

Тема №4:Контрольные занятия «Веселые старты» (2часа)

1.5 Планируемые результаты

В результате освоения программного материала, занимающиеся

должны знать:

- задачи общей физической подготовки;
- специальные качества: выносливость, быстрота, ловкость, гибкость, сила, прыгучесть, координация движений;
- упрощенные правила игры в футбол, волейбол, баскетбол;
- правила поведения и техники безопасности на занятиях;
- соблюдение режима дня, гигиены и питания при занятиях спортом;
- краткую характеристику видов спорта: волейбол, баскетбол, футбол;
- нормативные

требования.

- ***Должны уметь:***
- выполнять общеразвивающие упражнения для мышц плечевого пояса, спины, живота, ног;
- выполнять беговые упражнения;
- выполнять упражнения на развитие быстроты, гибкости, ловкости, силы, координацию движений, выносливости
- правильно выполнять ведение и броски мяча;
- правильно выполнять удары по мячу;
- правильно выполнять метание мяча;
- выполнять основные технические элементы футбола, баскетбола, волейбола.

РАЗДЕЛ 2.
КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Форма организации занятий: индивидуальная, групповая, фронтальная.

Плановые сроки начала и окончания учебно-тренировочных занятий по программе: с мая по июль 2026 года.

Форма контроля: текущий, итоговый контроль.

Календарный учебный график является составной частью образовательной программы, календарный учебный график составляется ежегодно на конкретный учебный год на каждую группу обучения.

2.1 Календарный учебный график
2.2. Условия реализации программы
Календарный учебный график 32 часа (8 недель)

№п/п	Вводное занятие.	неделя								итого
		1	2	3	4	5	6	7	8	
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	1								1
	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	1								
2	Общеразвивающие упражнения									5
	Общеразвивающие упражнения	1							1	
	Упражнения на выносливость.		1							
	Упражнения на гибкость.			1						
	Упражнения на ловкость.				1					
3	Подвижные игры, эстафеты и игровые упражнения									24
	Отработка некоторых элементов игры в футбол.	1	1	1	1					
	Отработка некоторых элементов игры в волейбол	1	1	1	1					
	Отработка некоторых элементов игры в баскетбол		1	1	1				1	
	Подготовительные упражнения по освоению с водой					4				
	Отработка некоторых элементов игры в настольный теннис						2	2		
	Отработка некоторых элементов игры в шахматы						2	2		
4	Контрольное тестирование									2
	Контрольное тестирование								2	
	Количество учебных часов	4	4	4	4	4	4	4	4	32

Занятия проводятся в спортивных помещениях (спортивная площадка), оборудованных в соответствии с санитарно-техническими требованиями для проведения групповых форм работы, всем необходимым:

Набивные мячи.

Перекладины для подтягивания в висе.

Скакалки для прыжков.

Секундомер.

Гимнастические скамейки.

Гимнастические маты.

Гимнастическая стенка.

Ворота футбольные.

Мяч футбольный.

Флаги для разметки футбольного поля.
Стойки для обводки.
Гантели массивные от 1 до 5 кг.
Насос универсальный для накачивания мячей.
Мяч набивной весом от 1 до 5 кг.
Сетка для переноски мячей.
Сетка волейбольная со стойками.
Мяч волейбольный.
Скакалка гимнастическая.
Гири спортивные.
Тренажер универсальный малогабаритный.
Турник навесной для гимнастической стенки.
Мяч баскетбольный.
Щит баскетбольный.
Длинный шест (два по 2,5 м) для поддержки и страховки детей.
Плавательные доски на каждого.
Разделительные дорожки для ограждения места обучения и как страхующее и поддерживающее средство.
Мячи для плавания на каждого.
Набивные мячи.
Скакалки для прыжков на каждого обучающегося.
Секундомер.
Гимнастические скамейки.
Теннисные столы.
Сетки для настольного тенниса.
Гимнастические маты.
Шахматные доски с набором шахматных фигур.
Демонстрационная шахматная доска с набором магнитных фигур 1 штука.
Шахматные часы.
Шаблоны горизонтальных, вертикальных и диагональных линий. Шаблоны латинских букв.

Кадровое обеспечение:

Тренер-преподаватель, реализующий данную программу, должен иметь среднее профессиональное или высшее образование (в том числе по направлению, соответствующему направлению данной программы), и отвечать квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам.

Агапова Н.Г. –старший тренер-преподаватель, высшее образование по специальности.

Агапов В.М. -тренер-преподаватель, высшее образование по специальности.

Верич А.А. - тренер-преподаватель, высшее образование по специальности.

Пчелинцев В.Ю. -тренер-преподаватель, высшее образование по специальности.

Шарипов Р.Р. -тренер-преподаватель, высшее образование.

Алтынбаева А.Р.- среднее профессиональное образование по специальности.

Кравцов А.К. -тренер-преподаватель, высшее образование по специальности.

Леханов С.В.- тренер-преподаватель, высшее образование по специальности.

Чачхиани И.Х.-тренер-преподаватель, высшее образование по специальности.

Гайткулова В.В.- старший тренер-преподаватель, высшее образование по специальности.

Байсалова А.К.- тренер-преподаватель, высшее педагогическое образование;

Дашко А.А. - тренер-преподаватель, высшее педагогическое образование.

Петращук В.И. - тренер-преподаватель, высшее образование.

Сердитых О.А. – старший тренер-преподаватель, среднее профессиональное образование.

Литвинов А.В.- тренер-преподаватель, среднее профессиональное образование.

Махорин А.С.- тренер-преподаватель, высшее педагогическое образование.

Калаев А.В.- тренер-преподаватель, высшее педагогическое образование.

Тюляева Ю.А. - тренер-преподаватель, высшее педагогическое образование.

Астахов С.А.-тренер-преподаватель, высшее педагогическое образование.

2.3. Формы аттестации

Формой оценки качества реализации дополнительной общеразвивающей программы является текущий контроль успеваемости и контрольное занятие в форме «Веселых стартов».

Оценивание результатов:

По итогам контрольного занятия каждому обучающемуся выставляется отметка: зачет или не зачет.

2.4 Методические материалы

Для повышения интереса занимающихся к занятиям и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные методы проведения занятий.

Основные методы обучения:

- словесный: создаёт предварительное представление об изучении упражнений и для этой цели используется: рассказ, замечание, указание.
- наглядно-практический: применяется в виде показа упражнений, наглядных пособий, видеофильмов.
- практические методы: упражнения, соревнования.

Основные методы воспитания:

Убеждение, поощрение, игровой, дискуссионный.

Учебно-дидактическое обеспечение программы:

•плакаты, схемы, наглядные пособия;

•правила соревнований по плаванию;

•символы Российской Федерации: флаг, герб, гимн;

•учебные фильмы, видеозаписи соревнований различного уровня.

Во время практических занятий применяются разнообразные методы ведения тренировочного процесса, а именно: групповой, фронтальный, индивидуальный, поточный и групповой метод тренировки.

С целью максимальной реализации образовательной программы достаточно широко используется способ проведения физических упражнений в игровой форме. Занятия строятся с учетом индивидуальных особенностей обучающихся, их интересов и перспективы развития. Организующим моментом в разработке и содержании занятия являются физические упражнения. Причем, важна как специфика самих упражнений, так и условия, в которых они выполняются.

Технологии:

На практике находят применение технология поддержки ребенка**,** здоровье-сберегающие технологии, педагогика сотрудничества с коллективом, игровые технологии**,** информационно-коммуникационные технологии, технология развивающего обучения, технология проблемного обучения, коллективная система обучения (КСО), технология разно-уровневого обучения.

Занятие состоит из трех частей: вводной (разминка), основной (игра на счет) и заключительной (анализ).

а) разминка - изучение и отработка технических элементов в зависимости от сложности материала.

б) игра на счет.

в) анализ (рефлексия). Каждый из партнеров должен проанализировать сначала свою игру, а затем игру соперника, указать на свои и чужие ошибки, а также дать рекомендации на устранение недостатков.

Методические рекомендации изучаемого курса

Целью общей физической подготовки является достижение высокой работоспособности организма, дальнейшее повышение функциональных возможностей внутренних органов, развитие мускулатуры, совершенствование координационной способности и направлена на общее развитие и укрепление здоровья занимающихся.

Средствами общей физической подготовки служат общеразвивающие упражнения, корригирующая гимнастика, строевой упражнения. Ходьба на носках, на пятках, в полуприседе, в приседе. Бег вперед и спиной вперед. Бег на носках. Бег с изменением направления и скорости движения.

Упражнения для рук и плечевого пояса: сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях.

Упражнения для туловища, необходимые для формирования правильной осанки: из различных исходных положениях - наклоны, повороты и вращения туловища; в положении лежа - поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища. Упражнения для ног:

различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады с дополнительными пружинящими движениями.

Упражнения с сопротивлением: упражнения в парах - повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, игры с элементами сопротивления. Упражнения с предметами. Упражнения с короткой и длинной скакалкой: прыжки с вращением скакалки вперед, назад, на одной и обеих ногах, прыжки с поворотами в приседе и полуприседе. Упражнения с отягощением: упражнения с набивными мячами - бросать и ловить в различных исходных положениях (стоя, сидя, лежа), с поворотами и приседаниями. Упражнения с гантелями, мешками с песком: сгибание и разгибание рук, повороты и наклоны туловища, поднимание на носки, приседания.

Подвижные игры и эстафеты. Игры с мячом; игры бегом с элементами сопротивления, с прыжками, с метанием; эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий с переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов. Игры на внимание, сообразительность, координацию.

Основы видов спорта.

Расстановка и переход игроков. Подача. Прием мяча. Упрощенные правила игры. Начало игры и подача. Перемена подачи. Удары по мячу. Выход мяча из игры. Счет и результат игры. Права и обязанности игроков. Состав команды, замена игроков. Судейская терминология.

Баскетбол. Общие понятия и представление об игре баскетбол. Ведение мяча. Пас партнеру. Штрафные броски.

Футбол, волейбол. Выполнение тактических действий в нападении и защите, основных технических элементов: прием мяча, ведение мяча, передача мяча, удары по воротам, защита ворот.

Плавание, шахматы, настольный теннис.

Подготовительные упражнения по *освоению воды:* передвижение по дну шагом, бегом, прыжками, взявшись за руки и с различными исходными положениями и движениями рук Погружение в воду, держась за вспомогательный поручень под бортиком на задержанном вдохе и открывание глаз под водой; тоже самое упражнение, не держась за поручень.

Знакомство с шахматной доской. Белые и черные поля. Расположение доски между партнерами. Горизонтали и вертикали. Диагональ. Большие и короткие диагонали.

Правила игры в настольный теннис. Классификация ударов в настольном теннисе, способы держания (хватки) ракетки.

РАЗДЕЛ 3. ВОСПИТАНИЕ

3.1. Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей

Целью воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде (Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 2, п. 2).

Задачами воспитания по программе являются:

— усвоение обучающимися знаний норм, духовно-нравственных ценностей, информирование обучающихся, организация общения между ними на содержательной основе целевых ориентиров воспитания;

— формирование и развитие личностного отношения обучающихся к занятиям спортом, к собственным нравственным позициям и этике поведения в учебном коллективе;

— приобретение обучающимися опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений в составе учебной группы, применение полученных знаний, организация активностей обучающихся, их ответственного поведения, Целевые ориентиры воспитания обучающихся по программе:

— популяризация и усиление физкультурно – спортивной работы в муниципальном образовании Белореченский район.

3.2. Формы и методы воспитания

Решение задач информирования обучающихся, создания и поддержки воспитывающей среды общения и успешной деятельности, формирования межличностных отношений на основе российских традиционных духовных ценностей осуществляется на каждом из учебных занятий. Основной формой воспитания и обучения обучающихся в системе дополнительного образования является учебное занятие.

В воспитательной деятельности с обучающимися по программе используются методы воспитания: метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение), метод положительного примера (тренера-преподавателя и других взрослых, обучающихся); метод упражнений (приучения); методы одобрения и осуждения поведения обучающихся, педагогического требования (с учётом преимущественного права на воспитание детей их родителей (законных представителей), индивидуальных и возрастных особенностей, метод стимулирования и поощрения (индивидуального и публичного); метод

переключения в деятельности; методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки обучающихся в воспитании; методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

3.3. Условия воспитания, анализ результатов

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности коллектива на основной учебной базе реализации программы в организации дополнительного образования детей в соответствии с нормами и правилами работы организации, а также на выездных базах, соревнованиях, спортивно-массовых мероприятиях в других организациях с учётом установленных правил и норм деятельности на этих площадках.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением обучающихся, их общением, отношениями друг с другом, в коллективе, их отношением к тренерам-преподавателям, к выполнению своих заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы (отзывы родителей, интервью с ними) и после её завершения (итоговые исследования результатов реализации программы за учебный период, учебный год).

Анализ результатов воспитания по программе не предусматривает определение персонифицированного уровня воспитанности, развития качеств личности конкретного обучающегося, а получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив обучающихся: что удалось достичь, а что является предметом воспитательной работы в будущем. Результаты, полученные в ходе оценочных процедур — опросов, интервью — используются только в виде агрегированных усреднённых и анонимных данных.

3.4. Календарный план воспитательной работы

Акция «День защиты детей»	*1 июня*	*Фото и видеоматериалы участием обучающихся*
Соревнования, посвященные Дню России	*12 июня*	*Фото и видеоматериалы участием обучающихся*
Митинг в «Парке победы»	*22 июня*	*Фото и видеоматериалы участием обучающихся*

3.5 Список литературы

1. Белая А.Н. Еще раз о массаже. Москва, «Знание», 1997.
2. Буйлин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. Москва, «ФиС», 1981.
3. Буйлова Л.Н.. Кочнева С.В. Организация методической службы учреждений дополнительного образования детей, Москва, «Владос», 2001.
4. Змановский Ю.Ф. К здоровью без лекарств, Москва, «Советский спорт», 1974.
5. Казаков П.Н. Футбол, Москва, «ФиС», 1999.
6. Марков К. К. Тренер - педагог и психолог. - Иркутск, 1999.
7. Настольная книга учителя физической культуры. Под ред. Л.Б.Кофмана. М, 1998.
8. Основы управления подготовкой юных спортсменов. Под ред. М.Я. Набатниковой. М, 1982.
9. Верхошапский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. М.: Физкультура и спорт, 1988.
10. Филип В.П. Теория и методика юношеского спорта. М.: Физкультура и спорт, 1987.
11. Контроль за физической подготовленностью в юношеском возрасте Майфат С.П. Малафеева С.Н. 9 2003г.
12. Волейбол / Под ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. - М., 2000.
13. Сайт МАУ ДО ДЮСШ ст.Калининской.
14. Сайт Министерства физической культуре, спорту Краснодарского края.
15. Кобзева Л.Ф. Основы научно-методической деятельности: Учебное пособие. - Смоленск: СГИФК, 2000.
16. Селевко Г.К. Энциклопедия образовательных технологий, - М.: НИИ школьных технологий, 2006. - 816 с.
17. Жуков М.Н. Подвижные игры: Учеб. для студ. пед. вузов. - М.: Издательский центр «Академия», 2000. - 160 с.
18. Найминова Э. Спортивные игры на уроках физической культуры. Книга для учителя. - Ростов на Дону: Феникс, 2001. - 256 с.
19. Шамаева О.Ю. - Образовательные технологии в основных образовательных программах уровневой системы подготовки (Электронный ресурс) - Режим доступа: http: //www. gumchtenia.rggu.ru/article.htmlid=66212.
20. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
21. Федеральный закон Российской Федерации от 25 декабря 2012 г. N 257-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
22. Федеральный закон Российской Федерации «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» № 329 - ФЗ от 4 декабря
23. Использование технологии разноуровневого обучения на уроках физкультуры Санкт - Петербург 2014 год, Воробьева В.В. http://nsportal.ru/shkola/fizkultursport/library/2014/05/25/ispolzovanie-tekhnologii

raznourovnevogo-obucheniya-na

24. Государственное бюджетное образовательное учреждение города Москвы Центр организационно-методического обеспечения физического воспитания (ГБОУ ЦОМОФВ), Москва 2013 г. «Учебная программа дополнительного образования для детей 7-17 лет» (проект) Шпотин В.А.